



平成28年4月8日  
熊谷市立玉井小学校

# 入学・進級おめでとうございます

新しい友達、新しいクラス。子供たちは、これからの日々が楽しみでドキドキする反面、緊張や不安からのドキドキもあるのではないのでしょうか。

初めまして。今年度お世話になります、養護教諭の島先亜耶です。玉井小の子供たちが元気に楽しく学校生活を送ることができるよう精一杯頑張ってます。よろしくお願いします。

ほけんだよりは、からだと心の健康についてお知らせをするお手紙です。ぜひ、お子さんと一緒に読んでいただけたら嬉しいです。

学校へ行く前に！



## 朝の元気チェック

1分、1秒も惜しい朝の忙しい時間だと思いますが、子供たちが安心して元気に学校で過ごせるよう、朝、御家庭で様子を見ていただけますようお願いいたします。また、4月・5月は環境が変わり、子供たちの中には知らず知らずのうちに緊張で疲れてしまうことや体調を崩してしまう子もいます。御家庭でも生活リズムを整えて、子供たちが元気に過ごせるよう御協力をお願いします。

☆次の点に注意してお子さんの様子をご覧ください☆

- 目覚め → いつも通り起きられましたか？
- 体調 → 頭痛や腹痛などはありませんか？
- 食欲 → 朝ごはんは食べられましたか？
- 排便 → 下痢や便秘になっていませんか？
- 表情 → 元気のない様子はありませんか？
- 顔色 → 赤かったり、青白かったりしませんか？

いつもと様子が違うなと思ったら・・・

熱を測ってみてください

熱がある場合は、必要に応じて病院を受診し、おうちでゆっくり休養を。



健康診断が始まります。アンケート・調査票や尿検査の提出等、お世話になります。よろしくお願いします。

健康診断は、自分のからだを知るチャンスです。学校における健康診断は、疾病を診断するものではなく、御家庭での健康観察（調査票）を踏まえて疾病をスクリーニングするものです。健康診断の結果、詳しい検査が必要な場合には、後日お知らせしますので、早めに医療機関の受診をお願いします。

平成28年度から

### 健康診断が 変わります



#### ●運動器検診が新しく始まります（内科検診と一緒に実施）

現代の子供たちでは、スポーツ過多によるスポーツ障害（骨や関節、筋肉の疾病や異常）の増加と身体活動・運動・スポーツ不足による体力の低下や運動不足の増加が見られます。そこで、スポーツ障害の早期発見、体力向上のため、運動器検診を行うことになりました。

熊谷市では、2・5年生を対象に運動器の保健調査票をもとに検査します。

#### ●座高の測定・寄生虫卵検査（ぎょう虫卵検査）がなくなります

座高の測定がなくなります。身体測定では、身長と体重に結果から成長の様子をみていきます。寄生虫卵は、全国的に見つかる数が少なくなっていることから検査がなくなります。

☆4月の健康診断の日程は裏面にあります。確認をお願いします。☆



## フッ化物洗口について

熊谷市では、むし歯の予防のためフッ化物洗口に取り組んでいます。アンケート調査を実施し希望者のみがフッ化物でぶくぶくうがいを行います。希望のない児童に関しては、水でうがいをしています。

○洗口実施日時 平成28年4月21日(木)→2・3・5・6年生

平成28年5月12日(木)→1年生

毎週木曜日の給食の片付けの後

○準備するもの コップ(歯みがき用と一緒に)



ご多用のところ申し訳ありませんが、下記の書類を期日までに提出をお願いします。

1年生：配布4/8(金)→回収4/12(火)まで

2～6年生：配布4/11(月)→回収4/14(木)まで

○保健調査票：記入については、「保健調査票の提出について」を御覧ください。

○健康診断のアンケート・調査票：お子さんの健康状態を記入してください。

○心臓検診問診票：1年生と対象児童のみの提出です。必要事項を記入してください。

○フッ化物洗口の実施について(実施申込書)：希望の有無を記入してください。捺印を忘れずお願いします。

### ★保健調査票の提出について★(平熱の記入も、お忘れなく！)

1年生は、8日にお渡ししますので記入し提出をよろしくお願いします。6年間使用します。

2～6年生は、11日に返却しますので、該当学年に印と平熱の記入をお願いします。訂正等がありましたら変更してください。

※今年度より新たに喘息や食物アレルギー等で管理指導願いが必要になった場合は、保健室までお知らせください。

### ★治療のお知らせについて★

健康診断の結果によって、治療のお知らせが届くと思います。お知らせがいきましたら、速やかに治療をするようよろしくお願いします。医師の診断書はいりませんので、保護者の方が、状況を記入しお知らせください。※視力検査等で様子を見ている場合はその旨を記入し提出してください。

### ★健康診断に関わる提出物について★

アンケート・問診票・検診の説明などの文書を配布します。

不明な点は、保健室(島先)までお問い合わせ下さい。

### ★緊急連絡先について★

病院にかかる必要のあるケガや体調が悪いときなどはお迎えの連絡をします。

緊急連絡先などが変わった場合は、連絡帳等で至急連絡をお願いします。



## 学校医の先生方を紹介します！

今年度、お世話になる学校医の先生方です。玉井小の子供たちの心身の健康のため、様々な面からサポートしてまいります。これから始まる健康診断でも大変お世話になります。

★内科 村上 一彦先生(村上クリニック)

★内科 河津 千絵先生(山本内科胃腸科)

★歯科 秋濱 博己先生(秋濱医院歯科)

★歯科 森田 恭史先生(森田歯科医院)

★眼科 萩原 直也先生(はぎわら眼科)

★耳鼻科 中島 正臣先生(中島耳鼻咽喉科)

★薬剤師 福島 久美子先生(たまい薬局)

★心療内科 佐藤 祐一先生(X'イカ'ラ'熊谷)



# 4月の健康診断予定



日	曜日	検診名	対象学年	準備・注意事項等
11	月	身体測定	4・5・6年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・髪の毛は頭の上や後で結ばないでください。</li><li>・体育着の上下（半袖・半ズボン）が必要です。</li></ul>
12	火	身体測定	1・2・3年生 ゆりひま	<ul style="list-style-type: none"><li>・髪の毛は頭の上や後で結ばないでください。</li><li>・体育着の上下（半袖・半ズボン）が必要です。</li></ul>
14	木	尿検査（一次）	全学年	<ul style="list-style-type: none"><li>・忘れずに提出してください。</li></ul>
15	金	尿検査（一次）	全学年	<ul style="list-style-type: none"><li>・忘れずに提出してください。</li></ul>
18	月	視力検査	6年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・眼鏡を使用している人は、忘れずに持ってきてください。</li><li>・視力検査の結果、視力B以下の場合は再検査を行います。</li></ul>
20	水	視力・聴力検査	5年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・眼鏡を使用している人は、忘れずに持ってきてください。</li><li>・視力検査の結果、視力B以下の場合は再検査を行います。</li><li>・前日に耳そうじをしてください。</li></ul>
		視力・色覚検査 (色覚は希望者のみ)	4年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・眼鏡を使用している人は、忘れずに持ってきてください。</li><li>・視力検査の結果、視力B以下の場合は再検査を行います。</li></ul>
21	木	心臓検診	1年生・対象者	<ul style="list-style-type: none"><li>・「心臓検診調査票」を記入してください。</li></ul>
22	金	視力・聴力検査	3年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・眼鏡を使用している人は、忘れずに持ってきてください。</li><li>・視力検査の結果、視力B以下の場合は再検査を行います。</li><li>・前日に耳そうじをしてください。</li></ul>
		尿検査予備日	対象者	<ul style="list-style-type: none"><li>・14（木）、15（金）に提出できなかった児童が対象です。</li></ul>
25	月	視力・聴力・色覚検査	2年生 ゆりひま	<ul style="list-style-type: none"><li>・眼鏡を使用している人は、忘れずに持ってきてください。</li><li>・視力検査の結果、視力B以下の場合は再検査を行います。</li><li>・前日に耳そうじをしてください。</li></ul>
26	火	視力・聴力検査	1年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・眼鏡を使用している人は、忘れずに持ってきてください。</li><li>・視力検査の結果、視力B以下の場合は再検査を行います。</li><li>・前日に耳そうじをしてください。</li></ul>
27	水	内科検診	2年生	<ul style="list-style-type: none"><li>・体育着の上下（半袖・半ズボン）が必要です。</li></ul>