



令和8年5月1日
多摩川の学び舎
世田谷区立瀬田小学校
校長 長田尚子
養護 教諭

しんねんど はじ 新年度が始まってから一ヶ月が経ちました。いっ げつ た がっこうせいかつ な 学校生活に慣れてきましたか。もしかすると、そろそろ疲れがでてきて いる人も いるかもしれません。おも じぶん す ゴールデンウィークは、思いきり自分の好きなことをして、からだ ころをリフレッシュさせてくださいね。

保護者の方へ

朝の健康観察について

朝の時点で以下の症状がある場合は、子どもの体調が悪くなるサインです。

- ①いつもと違って元気がない
- ②朝食を食べない、または食がすすまない
- ③夜ぐっすり眠れなかった
- ④本人が体調不良を訴えている

上記のような様子が見られる場合には、検温するなど、お子さんの様子をよく見ていただくようお願いいたします。かぜ症状があった場合には早めの休養をお勧めします。

免疫力が低下すると感染しやすくなるため、十分な休養とバランスの取れた食事を心掛け、無理をせず、規則正しい生活を送りましょう。子どもたちが毎日元気に登校できると良いなと思います。



ねっちゅうしょう よぼう ❀ 熱中症を予防しよう！

「急に暑くなった日」、「湿度が高い日」、「風が弱く、日差しが強い日」は熱中症になりやすいです。また、体がまだ暑さに慣れていないこの時期、急な運動をすると熱中症の危険があります。今からしっかり対策しましょう。ご家庭でもこまめな水分補給や規則正しい生活習慣の意識付け、衣服の工夫等、熱中症予防に努めていただきますようお願いいたします。

ねっちゅうしょう ❀ 熱中症にならないために

すいぶんほきゅう 水分補給

のど かわ まえ 喉が渇く前にこまめに飲 みましょう。

こまめな休憩 きゅうけい

すず 涼しい日陰でときどき 休憩しましょう。

ぼうし 帽子をかぶる

たいよう ひかり 太陽の光から頭を守り ましょう。

きそく 規則正しい生活 せいかつ

のど かわ まえ 喉が渇く前にこまめに すこ 少しずつ飲みましょう。

おうちの人と



一緒に
確認

各検診の結果、詳しく調べた方がよい場合には「結果のお知らせ」をお渡ししますので、できるだけ早めに受診をお願いします。(歯科検診のみ全員に結果をお渡しします。)

受診・治療をした方は、お知らせの下についている「連絡票」を担任まで提出してください。定期的に通っていたり、お知らせをもらう前に受診したりした場合には、「連絡票」にその旨を記入し、提出してください。よろしくお願いいたします。

学校の健康診断は確定診断を行うものではなく、スクリーニング(選別)です。受診した結果、「異常なし」と診断される場合もありますが、お子さんの疾病の早期発見、治療のため、受診の協力をお願いします。

- 視力検査…1.0(A)が見えない場合はお知らせしています。
 - 耳鼻科検診…病院で治療を受け、水泳可の許可をいただいでください。
 - 眼科検診…病院で治療を受け、水泳可の許可をいただいでください。(斜視は関係ありません。)
- 「斜視」と診断されても、受診をしたことのある場合は受診の必要はありません。

5月の健康診断日程

月	日	曜日	検査項目	対象学年	注意事項
5	1	金	視力・聴力	・2年生	*眼鏡を持っている人は眼鏡を持ってきてください。
	7	木	歯科検診	・2～5年生	*朝、歯磨きをしてきてください。
	8	金	内科検診	・3年生 ・4年3組 ・そよかぜ学級4・5年生	*体育着で行います。
	11	月	心臓検診	・1年生 ・4年生 ・他学年対象者	*体育着で行います。
	12	火	内科検診	・1年生 ・2年3組 ・2年4組 ・4年4組 ・そよかぜ1、2年生	*体育着で行います。
	13	水	視力・聴力	・1年生	*眼鏡を持っている人は眼鏡を持ってきてください。
	14	木	眼科検診	・全学年	*朝、顔を洗ってきてください。
	18	月	尿検査2次	・2次対象者 ・1次未提出者	*1次検査を提出できなかった児童はこの日に提出してください。
	22	金	尿検査予備日	・1次、2次検査未提出者	
	26	火	色覚検査	・4年生希望者	