



令和8年4月30日  
江戸川区立平井南小学校  
校長 養護教諭  
NO.2

新学期が始まって1か月、新しい学年やクラスには慣れてきましたか？ そろそろ新しい環境に疲れが出てくる頃かとおもいます。これから始まる連休は、心と体を休ませ、元気を充電する良い機会です。生活リズムをくずさないように、気を付けながら、楽しい連休を過ごしてくださいね。連休明けからは、生活リズムチェック週間が始まります。保護者の皆様、ご協力よろしくお願いたします。

また、気温が高くなる日も増え、熱中症にも注意が必要です。運動会練習も始まりますので、水筒を持ってきたり、衣服で調整したりして元気に過ごしましょう。

5月の保健目標

せいかつ 生活のリズムを整えましょう

5月の健康診断

| 日にち    | 項目   | 対象               | 服装・持ち物・注意点                                   |
|--------|------|------------------|--|
| 8日(金)  | 尿検査  | 未提出者             | 注意点: 当日の朝一番の尿を採る。                            |
|        | 歯科健診 | 1・2・3年生<br>前回欠席者 | 注意点: 朝、必ず歯みがきをする。                            |
| 11日(月) |      | 1・5年生            |  |
| 12日(火) | 視力検査 | 2・4年生            | 持ち物: 眼鏡を持っている人は持ってくる。                        |
| 13日(水) |      | 3・6年生            |  |
| 14日(木) | 内科健診 | 1・2・3年生          | 持ち物: 体育着(上だけ着替えます。) 注意点: 髪の毛の長い人はできるだけ結んでくる。 |
| 15日(金) | 尿検査  | 未提出者<br>2次検査者    | 注意点: 当日の朝一番の尿を採る。                            |
| 19日(火) | 内科健診 | 4・5・6年生<br>前回欠席者 | 持ち物: 体育着(上だけ着替えます。) 注意点: 髪の毛の長い人はできるだけ結んでくる。 |
| 20日(水) | 眼科健診 | 全学年              | 持ち物: 眼鏡を持っている人は持ってくる。                        |
| 27日(水) | 心臓検診 | 1年生              | 持ち物: 体育着                                     |

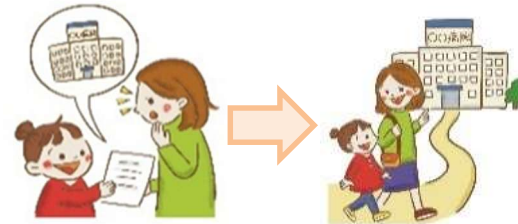
4月計測の結果・受診のお知らせについて

| 学年  | 男子      |         | 女子      |         |
|-----|---------|---------|---------|---------|
|     | 身長 (cm) | 体重 (kg) | 身長 (cm) | 体重 (kg) |
| 1年生 | 120.8   | 23.9    | 115.5   | 20.2    |
| 2年生 | 122.8   | 24.1    | 122.2   | 23.0    |
| 3年生 | 129.1   | 27.3    | 129.8   | 28.2    |
| 4年生 | 136.5   | 32.1    | 130.7   | 27.1    |
| 5年生 | 141.9   | 38.2    | 142.4   | 35.9    |
| 6年生 | 147.6   | 42.6    | 148.7   | 40.0    |

身体測定の結果「発育のようす」を配付しました。裏面には「成長曲線」が描かれています。身長と体重の成長度合いについて気になる方は、保健室までお知らせください。内科健診で学校医にも相談しますが、成長曲線を持ってかかりつけの医師や専門医に診てもらおうとより効果的です。

また、各健診で疾病の疑いのある児童には「健康診断結果のお知らせ」を配付しています。異常がない場合、お知らせはしていません。夏休み前に全ての健康診断の結果をまとめたものを配付しますので、そちらでご確認ください。

定期的に受診している・受診済みであるなどありましたら、お知らせの余白に記入してご提出いただくか、連絡帳でお知らせください。よろしくお願いたします。



内科・耳鼻科・眼科健診で、病気の疑いがあると診断された場合は、必ず、水泳指導の開始までに受診をお願いします。



歯の衛生に関する作品の募集について

江戸川区では、歯の衛生に関するポスターを募集しています。



\*作品のテーマ\*

歯と口の健康に関するもの

詳細は、保健室まで聞きに来てください!ぜひ応募してみてくださいね。

校内で選ばれた作品は、江戸川区歯科医師会の「よい歯のコンクール」や、公益社団法人東京都歯科医師会の「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」に応募します。

提出期限 6月26日(金)

※用紙は保健室まで取りに来てください♪