



令和6年4月30日
江戸川区立平井南小学校
校長 養護教諭
NO.2

新学期が始まって一か月、新しい環境には慣れてきましたか？ 休み時間には、友達と元気に遊ぶ姿が見られます。一方で、4月の保健室は、来室者がとても多かったです。新しい環境による緊張や、疲れが出てきているようです。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いたします。

5月の保健目標

～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	対象学年	服装・持ち物・注意点
9日(木)	視力検査	1・5年生	持ち物:眼鏡を持っている人は持ってくる。
10日(金)	内科健診	4・5・6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。
13日(月)	視力検査	3・6年生	持ち物:眼鏡を持っている人は持ってくる。
14日(火)	尿検査②	4/26未提出者	注意点:当日の朝一番の尿を採る。
	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。
16日(木)	歯科健診 (4月延期分)	1・2・3年生	注意点:朝、必ず歯みがきをする。
17日(金)	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。
20日(月)	心臓健診	1年生	持ち物:体育着
21日(火)	尿検査③	4/26・5/14未提出者	注意点:当日の朝一番の尿を採る。
22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。 注意点:前髪は目にかからないようにする。
29日(水)	モアレ検査	5年生・対象者	持ち物:体育着
30日(木)	水泳事前健診	希望者	持ち物:体育着(上だけ着替えます。)

がっ したいそくていけっか

4月の身体測定結果

下の表は、あくまで平均値です。これより大きい小さいかではなく、成長の目安の一つとしてご覧ください。また、身長と体重の成長度合いについて気になる方には、「成長曲線」をお渡します。希望があれば、連絡帳など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いとより効果的です。

学年	男子		女子	
	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1年生	117.1	21.0	117.2	21.3
2年生	124.4	23.7	120.6	22.2
3年生	131.2	28.5	129.0	27.0
4年生	134.9	32.4	134.7	30.1
5年生	141.3	34.2	141.2	35.5
6年生	147.8	40.7	145.1	36.2



疾病の疑いのある児童に、「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、何かありましたら、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。よろしくお願いいたします。

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・図画を募集しています。ぜひ応募してください。

作品のテーマ 歯と口の健康に関するもの

気を付けること ・テーマに合った事柄を絵にする。

- ・構図・色彩は自由ですが、なるべく絵の具で描く。
- ・特定の会社名・商品名は入れない。
- ・文字は「むし歯」と書く。(「ムシ歯」や「虫歯」と書かない。)
- ・テーマの文字は大きくはっきりと書く。



※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7日(金) ※用紙は保健室まで取りに来てください♪