

すこやか

北部小学校
令和7年 5月

にゅうがく しんきゅう げつ 入学・進級して1か月がたちました。みなさん、新しい学級には慣れましたか。
きんちょう 緊張がゆるんで、つかれがでやすい時期です。はやね・はやおきをしたり、朝ごはんをし
っかり食べたりして、体調をととのえられるとよいですね。

5月のほけんめあて「体をせいけつにしよう！」

めざせ お風呂の達人 よく洗ってピカピカに

毎日のお風呂、気持ちよく楽しめていますか？
そろそろ汗をかく日も増えてきます。せいけつに過ごすために、お風呂のコツをお教えします。



汚れのたまりやすいところは念入りに

汚れのたまりやすく洗い残しやすい場所は、念入りに泡で洗いましょう。

わきの下

ひじの内側

ひざの裏側

おしりの下

耳の後ろ

足の指の間 など

すすぎ残しに注意

きちんと汚れを落とし切らなかったり、シャンプーやボディーソープが残ったままだと、肌荒れの原因になることも。ヌメヌメが残っていないかチェックしながら、丁寧にシャワーやかけ湯で洗い流しましょう。



ハンカチ持ち歩いていますか？

保健室にきた子に「ハンカチ持ってる？」と聞くと、「持っていない。」
「持ってきたけど、ランドセルに入っている。」という子が何人かいました。ハンカチは手を洗った後に使えるように、いつもポケットに入れて持ち歩くようにしましょう。また、替えのハンカチや汗ふきタオルもランドセルに入れておくとうれいですね！

保護者のみなさまへ

- ①日差しが強く暑い日があります。暑さに慣れていないこの時期は熱中症になりやすいです。お子さんに十分な水分や、帽子、汗拭きタオル等を持参させてください。学校でも熱中症予防にも努めていきます。熱中症の症状が見られるお子さんには、経口保水液OS-1（アップル風味 ※無果汁）を飲ませることがあります。体質に合わない等ありましたら担任にご連絡ください。
- ②健康診断で異常の疑いがあったお子さんには、受診勧告書をお渡ししています。受診勧告書を受け取られましたら病院受診をしていただくと安心かと思えます。ただ「定期的に受診をしており、経過観察中である」という場合は、その旨受診勧告書に記入し、提出していただけるとありがたいです。なお、学校での健康診断はスクリーニング（異常の疑いのある人を見つけ出すもの）なので、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。
- ③裏面に内科検診の案内について載せましたのでご覧ください。内科検診では、喉の状態は希望者のみ行います。希望がありましたら、事前に担任までお知らせください。



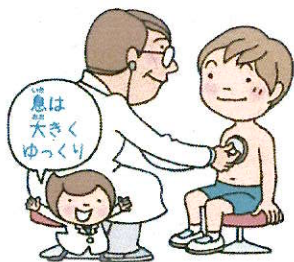
定期健康診断 内科検診について

ひとよ
おうちの人と読みましょう

学校での内科検診は、疾病や異常の発見だけではなく、健康の保持増進を目的とした健康状態の把握で、問題のあるものや疑いのあるものを選び出すスクリーニングです。診察時は衝立等で仕切って、プライバシーの保護には十分配慮します。

内科検診では、このようなことを調べます！

○心臓や肺、気管支に異常がないかを調べます



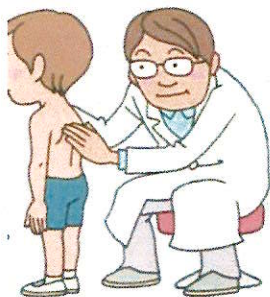
→聴診器を胸に当てて、心臓や呼吸の音を聞きます。

○貧血ではないかを調べます



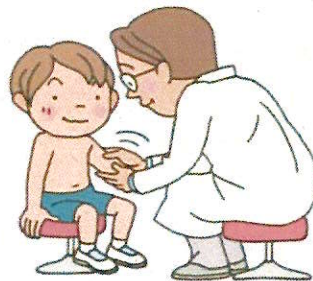
→下瞼をめくります

○胸の骨や背骨の形に異常がないかを調べます



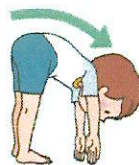
→胸や背中を見ます

○栄養状態や皮膚の病気がないかを調べます



→皮膚を触ります

○運動器検診もあります



→保健調査の結果、チェックのあった人は校医の先生に診ていただきます。

これらを調べるために、全身の健康状態を把握し見落としがないように、原則上半身裸で検査する必要があります。ただし、思春期である高学年（4～6年女子）については、豊田加茂医師会の指針に従い学校医と協議した上で、体操服を1枚着用し、診察時は自分で体操服を捲し上げて診ていただく形をとらせていただきます。なお、この件でご心配がある場合は個別に対応することもできますので、担任または養護教諭までご連絡ください。ただし、個別対応をするに当たって、検診の見落としが起こる可能性があることはご了承くださいますようお願いいたします。