

# すこやか5月号

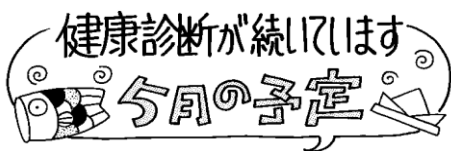
令和8年4月30日  
長崎小学校 保健室

\* 今月の保健目標 \*

## げんき うんどう 元気に運動しよう

さわやかな風の吹く気持ちのよい季節になりました。学校生活になれてきたころでしょうか？この時期は、運動をするのにとっても気持ちがいいですね。

ただ、体がまだ暑さになれていないため、注意も必要です。運動をするときは、こまめな水分補給を忘れず疲れたら無理せず休みましょう。また、4月の緊張感から解放され、疲れが始まる時期でもあります。ゴールデンウィークは、ゆっくり休む時間もつくれるとよいかと思えます。連休明けには、また、元気に学校へ登校してくださいね。



日	曜	項目	対象	時間	備考
8	金	内科健診	1・3年	13:15~	体育着、クラス毎に保健室
13	水	心臓検診予備日	対象者	14:00~15:00	豊島区医師会館で受診
14	木	眼科健診	全学年	13:30~	
18	月	腎臓検診1次	全学年	8:45まで	保健室へ
20	水	腎臓検診 予備日①	未提出者	8:45まで	保健室へ
27	水	プール前耳鼻科健診	対象児童	9:00~	前日、耳掃除をしてください
29	金	内科健診(6年移動教室前健診)	2・5・6年	13:15~	体育着、クラス毎に保健室

### 定期健康診断の結果について

健康診断で異常の疑いがあった場合「結果のお知らせ」の用紙を渡しています。



学校で実施している健診は限られた時間内にたくさんの人数を検査する集団健診のため、疑わしい場合は全てチェックをする方法をとっています。お知らせをもらったからといってすぐに異常があるというわけではありませんが、できるだけ早く専門医にご相談することをお勧めします。医療機関を受診し提出していただいた「受診報告書」は、学校での健康管理に役立てています。

なお、異常がなかった場合は原則として特にお知らせはしませんが、結果についての質問や何か気になることがありましたら、お気軽に保健室までお問い合わせください。

※身体測定の結果は、1学期は定期健康診断の記録でお示しますので、そちらでご確認ください。

