

ほけんだより



令和 7年 4月 30日
座間市立ひばりが丘小学校
校長 小宮美紀

5月は動くと少し汗ばむ季節になってきます。まだ暑さに慣れていないうえ、新学期の疲れも出てくるタイミングです。元気に過ごす基本となるのは、生活リズムを整えることです。そのために何ができるか一緒に考えていきましょう。



5月の予定

水	木
7	8
	内科検診 1・3・6年 ひばり 尿検査 2次
14	15
眼科検診 1年・5年 (他学年はピックアップ該当者)	耳鼻科検診 1・4年
28	29
	内科検診 2・4・5年

<結果のお知らせについて>

健康診断で病気や異常の疑いのある場合には、「結果のお知らせ」用紙をお渡ししています。用紙が届きましたら、早めに専門医を受診されますようお願いいたします。

なお、学校での健康診断は、“スクリーニング”（疑わしいものを選び出す）ですので、受診の結果“異常なし”と診断されることもあります。御了承ください。

受診が終わりましたら、結果のお知らせ用紙の下部「受診結果報告」に記入をして、担任に提出してください。

健康診断全体の結果は健康手帳にてお知らせします。(6月下旬予定)



<色覚検査について>

現在、定期健康診断の項目には「色覚検査」はありませんが、健康相談として保護者の方の御希望により、「色覚検査」を行うことができます。希望される場合は、担任までお申し出ください。

外あそびで要注意! これ忘れていませんか?

服

外あそびが増え、暑くなって上着を脱いで置いたまま、忘れ去られていることがあります。昼夜の気温差も大きいので、帰りはひんやりすることもあります。

教室へ戻るとき、おうちへ帰るとき、忘れていないかも一度確認しましょう。



水分補給

まだ5月だから、と水筒を持たずに外あそびをしている人もいます。でも、じつはもうそろそろ熱中症が出始める時期。

まだみなさんの体は暑さに慣れていません。夢中になって遊んでいるとつい忘れがちですが、こまめな水分補給を。

