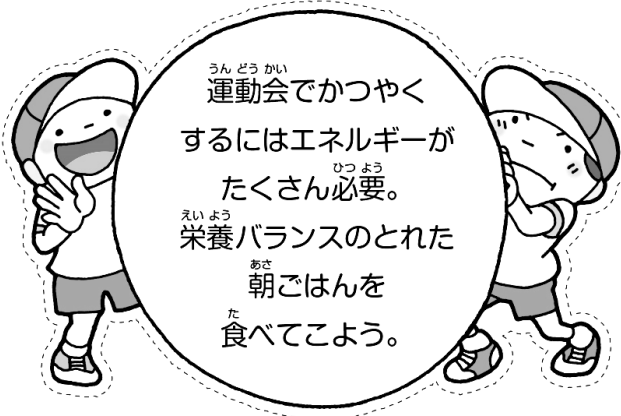
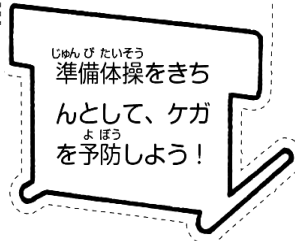


ほけんだより

浦安市立高洲小学校保健室 2024年5月14日発行

さあ、今週の土曜日は運動会です。今まで一生懸命練習してきましたね。みなさんが100%の力を出せるように応援しています！！



保護者の皆様へ



5月18日（土）の運動会に向けて、子どもたちは毎日一生懸命練習しています。そろそろ体に疲れがたまっている頃だと思しますので、体調管理をよろしくお願いします。特に、睡眠不足と朝食欠食は熱中症になる危険が高まりますのでご注意ください。

1. 朝食を必ずとらせてください。

朝食は一日のエネルギー源になります。エネルギー不足では集中力がなくなり、けがをしやすくなります。熱中症の危険も高まります。必ず食べるようにしましょう。

2. 睡眠不足にご注意ください。

運動会の練習をしているため、普段より活動量が増えています。体に疲れが蓄積されていきますので、夜は早く寝るように言葉かけをお願いします。

3. 水筒の衛生管理について

水分補給のための水筒を持たせているご家庭もあると思います。これからの季節は食中毒の心配もありますので、水筒の衛生管理をお願いします。また、お子さんに次の2点を必ずご指導ください。

☆他の児童と水筒の回し飲みをしないこと。

☆（水筒を学校に忘れて帰ってしまった場合）前の日のものは絶対に飲まないこと。

＜健康診断の結果について＞

4月より定期健康診断を実施しています。服装の準備や書類の提出等、ご協力ありがとうございます。各検査の結果、ご家庭での経過観察や医療機関での相談・治療が必要な人には「〇〇検査結果のお知らせ」という用紙を配付します。医療機関での受診後は、受診結果を学校に提出してください。なお、ご家庭で経過観察中や管理中の人は、その旨を「結果のお知らせ」の下部に記入し、学校に提出してください。

視力検査

視力検査の結果のお知らせは、5月23日の眼科検診終了後に、眼科検診結果と一緒にお渡しします。なお、視力検査の結果がB以下（眼鏡使用者はC以下）の児童にのみ結果のお知らせを配付します。左右ともAの児童には結果のお知らせを配付しませんが、次のような様子が見られるときは、かかりつけの眼科でご相談ください。

○物を見るときに、目を細める・眉間にしわを寄せる・目の端で見る・顎を引いて下から見上げる

○しきりにまばたきをする ○集中力がない ○よく転ぶ

＜今後の健康診断予定＞

○眼科検診 : (全学年) 5 / 23

○内科検診 : (4・5・6年、おおぞら) 5 / 28 、(1・2・3年) 5 / 30

○耳鼻科検診 : (1・3・5年) 6 / 13

○歯科検診 : (1・2年) 6 / 18、(3～6年・おおぞら) 6 / 27

○脊柱側弯症検査 : (5年) 6 / 3