

# ほけんだより

家庭数

令和6年5月1日 No.3  
朝霞市立朝霞第二小学校  
保健室

5月の保健目標:健康に関心を持ち、病気を予防しよう



## 気温に合わせて衣服を調節しましょう

さわやかで気持ちのよい季節ですが、汗をかくような暑い日があったり、朝晩は少しひんやりしたりする日もあります。体調をくずさないよう、衣服を調節しましょう。

- 汗ふき用のタオルやハンカチを持ち歩く
- 「着る⇔ぬぐ」がしやすい服をえらぶ



また、急な暑さに体が慣れていない時期は、熱中症の心配も大きくなります。「こまめな水分補給」や「ぼうしをかぶる」などの対策も今から始めていきましょう。

## 健康診断がつづいています

<5月の健康診断>

眼科検診	2日(木)全学年	前髪が目にかからないようにする
内科検診	7日(火)1・6年生・あすなろ 21日(火)2・3年生 ※4・5年生は6月	前髪が目にかからないようにする 髪が肩にかかる場合は、結ぶ 体育着を忘れずに
歯科健診	9日(木)1年生・2年1・2組・あすなろ 23日(木)4年3・4組・5年生 ※2年3・4組・6年生は6月	歯みがきをしっかりしてくる
心臓検診	15日(水)1年生及び対象者	体育着を忘れずに



## 身体計測を行いました

下の表は、4月に行った身体計測結果の平均値です。成長には個人差があります。自分の結果と比べることなく、あくまでも参考にしてください。

		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
身長 (cm)	男子	116.4	122.7	128.4	135.0	140.1	146.2
	女子	116.0	122.0	127.3	134.3	140.3	147.3
体重 (kg)	男子	21.0	24.2	27.1	32.4	34.0	38.8
	女子	20.9	23.3	26.1	30.4	35.4	38.5



## 保護者の方へ

### ○「定期健康診断結果のお知らせ」の配付について

定期健康診断の結果、医師に詳しく診ていただく必要があるお子さんに、「定期健康診断結果のお知らせ」を配付しています。お子さんに「定期健康診断結果のお知らせ」が配られましたら、医療機関等の受診をお願いいたします。定期検診等をされているお子さんは、次回検診時の受診で構いません。

なお、学校での健康診断は、スクリーニングを目的として行われるため、受診結果が「異常なし」となることがあります。ご了承ください。

医療機関等受診後に、「定期健康診断結果のお知らせ」を学級担任へご提出ください。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



### ○マスクの持参について

学校では、衛生面より給食時に児童全員がマスクを着用しております。また、急な体調不良等により、マスクが必要になることもあります。そのため、以下のことについて、改めてご確認をお願いいたします。

- ・ランドセルに予備マスクを入れておく(使用したら補充する)
- ・給食セットにマスクを入れておく

なお、マスクを忘れてしまい、学校よりお渡しした場合、後日「個包装のマスク」をご返却ください。ご理解・ご協力をお願いいたします。