

# ほけんだより 5月

さいたま市立沼影小学校

保健室

令和8年 5月号



★お子さんと一緒に読んでください。

もうすぐ新学期がスタートして、1か月がたちます。新しい教室や先生、友達との出会いに緊張したり、不安に  
なったりした人もいたでしょう。知らず知らずのうちに、心と体に疲れがたまっているかもしれません。そんな時  
は、好きなことをしたり、体を動かしたり、しっかり休んだりして、気分転換しましょう。ゴールデンウィークも活用  
し、リフレッシュできるといいですね。それでも、心配事や不安がある場合は、抱え込まずに相談してくださいね。



5月13日 (水)	内科検診①	ひまわり・1年・3年・5年
5月19日 (火)	耳鼻科検診③	5年・6年4組・6年5組
5月20日 (水)	内科検診②	2年・4年・6年
5月25日 (月)	尿検査2次	該当者

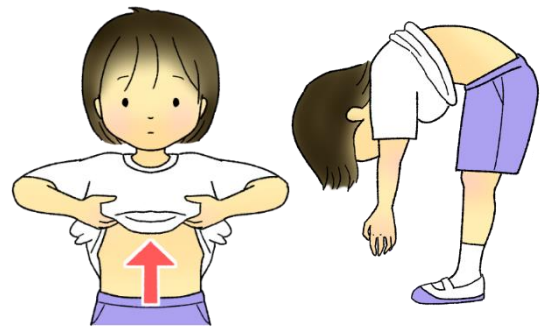
## 内科検診のお知らせ

学校で行う健康診断はスクリーニング(病気の疑いのある人を見つけること)を目的としています。  
内科検診では、①脊柱の疾病及び異常の有無、②胸郭の疾病及び異常の有無、③皮膚疾患の異常の有無、  
④心臓の疾病及び異常の有無が検査項目となっています。

運動器・脊柱の検査については、ご家庭で記入していただいた問診票をもとに行いますので、詳しく検査  
をするために学校医より脱衣を指示される場合があります。ご了承ください。

## 内科検診のやり方について

本校では、体育着のまま男女別の会場で行います。  
検診時はほかの児童から見えないよう、衝立等を設置します。  
学校医が聴診器をあてる際は、児童が自分で体育着をまくり  
上げます。背中側は自分でまくるのが難しいため、養護教諭  
がまくり上げます。

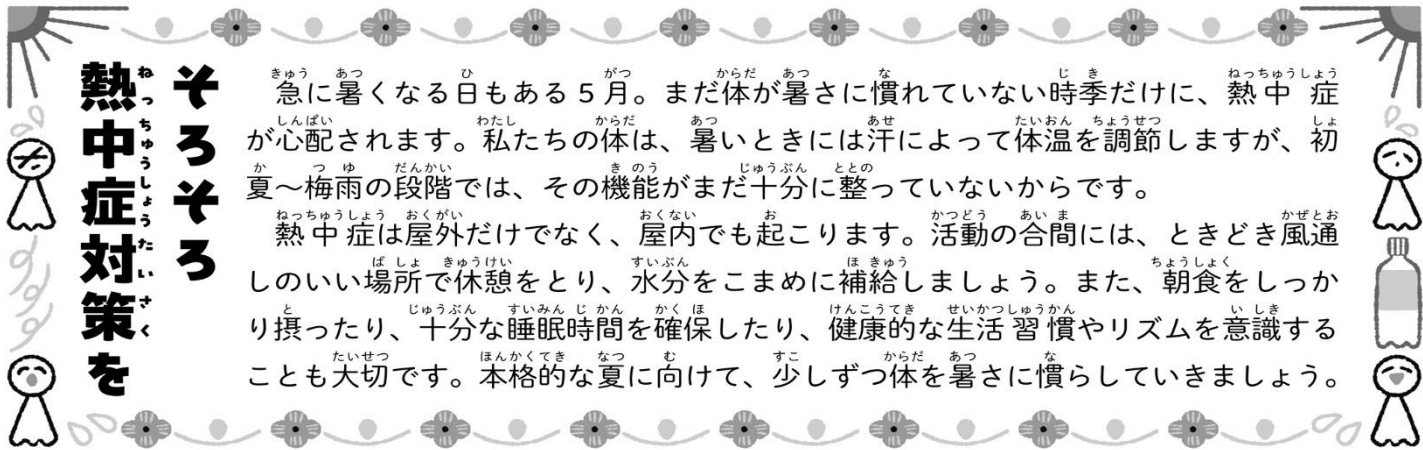


検査時間短縮のために、下着はつけず体育着1枚のみの着衣となります。体育着の透け等が気になる  
場合には、検査直前まで上着を羽織っていてかまいません。また、検診スペースには、児童と学校医、  
養護教諭、記録者(教員)の配置となります。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

### おうちの方へ

**健康診断の結果、受診のすすめがありましたら、速やかに受診してください。**

健康診断は、体の成長や現在の体の様子を知る手がかりになります。また、病気の早期発見、早期治療にもつながります。自分の体や健康に興味をもつきっかけになるよう、ぜひ、健康診断の結果を親子で一緒に確認し、日々の健康維持に役立ててください。



# 熱中症対策を

急に暑くなる日もある5月。まだ体が暑さに慣れていない時季だけに、熱中症が心配されます。私たちの体は、暑いときには汗によって体温を調節しますが、初夏～梅雨の段階では、その機能がまだ十分に整っていないからです。

熱中症は屋外だけでなく、屋内でも起こります。活動の合間には、ときどき風通しのいい場所で休憩をとり、水分をこまめに補給しましょう。また、朝食をしっかり摂ったり、十分な睡眠時間を確保したり、健康的な生活習慣やリズムを意識することも大切です。本格的な夏に向けて、少しずつ体を暑さに慣らしていきましょう。

運動会練習も始まります！ ご家庭での体調管理等、ご協力をお願いします！

おうちの方へ

おしらせ

## 薬の取り扱いについて

本校での薬の取り扱いについて、以下の通りお知らせいたします。ご確認の上、ご不明点等ございましたらお問い合わせください。ご理解・ご協力をお願いいたします。

### ① 医師・歯科医師から処方された薬【医療用医薬品】を学校で使用する場合

年間を通して日常的に使用が必要な薬 (喘息の予防薬など)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健調査票に記載してください。</li> <li>・保管、使用等について、個別に相談させていただきます。</li> </ul>
緊急時に使用が必要な薬 (抗けいれん薬など)	
一時的に使用が必要な薬 (風邪薬など)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・その都度、連絡帳で担任にご連絡ください。</li> <li>・対応可能な範囲は、「児童に対して、必要時に【医療用医薬品】を使用したかどうかの確認」を行う程度となります。</li> </ul>

### ② 市販の薬【一般用医薬品】を学校で使用する場合

鎮痛剤(頭痛や生理痛など)、点眼薬、湿布、塗り薬、リップクリーム など	<ul style="list-style-type: none"> <li>・その都度、連絡帳で担任にご連絡ください。</li> </ul>
-------------------------------------	---

### ★①②共通事項★

- ・児童が薬を使用する際は、学級担任の許可を得てからとします。(場合によっては、保護者に電話で確認を取らせていただきます)
- ・使用量の間違いを防ぐために、飲み薬は1回分に分けたものを持たせてください。
- ・薬の袋には、「年・組・名前」をはっきり記入してください。
- ・内服薬の服用、点眼、点鼻、軟膏等の塗布、湿布等の貼付は、自分で行えるよう、家庭で練習してください。
- ・薬は原則、自己管理とします。給食後に服薬する場合は、飲み忘れを防ぐために、給食の小袋に入れてお子さんに持たせてください。(冷暗所保管など、自己管理できない場合はご相談ください。)
- ・校外学習時のみ緊急薬(酔い止め薬等)の持参が必要な場合は、その都度担任にご連絡ください。宿泊学習前には、事前調査を実施します。

