



さいたま市立本太小学校 保健室

令和8年4月30日

No. 2

新年度が始まって早1か月が過ぎました。本太小周囲の木々は、青葉で眩しく、30分休みには子どもたちが元気に校庭やふれあい広場で遊ぶ声が響いています。

さて、ゴールデンウィークに、楽しい計画を立てていらっしゃる御家族も多いかと思います。心身の疲れを癒し、いっそうのやる気と活力を高めることを期待し、連休後、笑顔で元気な子どもたちに会えるのを心待ちにしています。

保護者の方には、登校前の十分な健康チェックや、早寝早起きなどの生活リズムを整えていただくなど、体調管理に御配慮くださるようお願いいたします。

今月も、定期健康診断行事が予定されていますので、日程を確認の上、御準備ください。



5月の保健目標 「健康診断結果を見直そう」



定期健康診断は、5月以降もまだまだ続きます。身体計測結果については、「成長の記録」に新体力テストの記録を記入後、御家庭に配付となります。

校医検診(内科、眼科、耳鼻科)の結果については、医療機関への受診、相談が必要と認められた児童のみ通知を配付します。お子様が持ち帰りましたら、通知を持参の上、早めに受診し医療機関の記入を受け、担任へ提出するようお願いいたします。

なお、歯科健診は、6月に実施予定です。

●●健康診断結果通知について●●

【耳鼻咽喉科】 検診①5/14(木)1、2、3年 ②5/28(木)おおぞら、4、5、6年

・「健康診断結果のお知らせ」(肌色の用紙)・・・耳鼻科医療機関へ、受診または相談に行ってください。

「耳垢」と診断された児童も、鼓膜の状態を検診で確認できていないので、耳鼻科医療機関へ受診が必要です。

・「治療継続のすすめ」(白色の用紙)・・・保健調査票に「耳鼻科へ通院している」と記載されていた児童は、かかりつけ医療機関で引き続き治療を受けてください。

【眼科】 検診①5/13(水)おおぞら、1、2、5、6年 ②5/19(火)3、4年

・「健康診断結果のお知らせ」(黄色の用紙)・・・医療機関へ、受診または相談に行ってください。

「アレルギー性」であっても、受診が必要です。

視力検査の結果、片目でもA(1.0)ではなかった児童にも同様に通知します。

半年に1回程度、検査、検診されることをお勧めします。



【内科】 検診①5/21(木)おおぞら、2、4、6年 ②5/27(水)1、3、5年

・「健康診断結果のお知らせ」(白色の用紙)・・・医療機関へ、受診または相談に行ってください。

・「健康診断結果のお知らせ」(薄紫色の用紙)・脊柱側彎・運動器検診調査票に記入していただいた内容をもとに通知しています。整形外科へ、受診または相談に行ってください。

★ ★ ★ ★ ★ お願い ★ ★ ★ ★ ★

学校で行う健康診断はスクリーニングであり、病気の疑いがある人を見つけ出すものになります。

そのため、医療機関へ受診した結果「異常なし」と診断されることもありますので御了承ください。

通知を受け取りましたら、できるだけ早めに医療機関を受診してください。

今年度の水泳学習も、5月下旬から学年、クラスごとに計画されています。年間を通して民間のスイング施設を利用し、室内温水プールにて水泳学習を行います。詳細は、別途お知らせします。

お子様が予定通り学習に参加できるよう、疾病治療や体調管理等、よろしくお願いいたします。



1 学期の保健指導から

★どうぞよろしく 保健室★ 「健康診断では、何を調べているの？」

身体計測の前に、学級ごとに養護教諭から「保健室の利用について」「健康診断の目的」などの指導を受け、皆真剣に聞いていました。他の人との比較ではなく、自分が順調に成長しているか、疾病がなく学習や運動に参加できるか、様々な検査、検診が計画されています。

子どもたちには、健やかなる自身の成長に興味をもち、充実した日々を過ごしてくれることを願っています。

みんなの保健室、いつでも誰でも来ていいところ
保護者の方もどうぞ。

保健室ってどこにあるの？

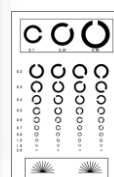


保健室ってどんなところ？

からだや心のことで、**不安や悩み**があるときに話を聞いてもらえます



～視力 1.0 未満の子どもの割合が増加しています～ 文部科学省資料より



○視力低下や近視予防にできること

その1 長時間の近い所を見る作業に気を付けましょう。

30分に1回は、20秒以上目を休める。

その2 屋外で過ごすことを増やしましょう。

1日1時間半を目標に。

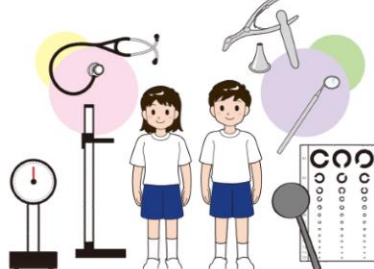
建物の影や木陰でも近視予防に必要な光の明るさ（照度 1000～3000 ルクス以上）を確保できます。

熱中症や紫外線などの影響にも配慮して。

健康診断 どうして毎年するの？

- ① 体が成長しているか確認できる。
- ② 自分では気付かない病気をみつけることができる。
- ③ 自分の体や健康に関心をもつきっかけになる。

体の様子を知るために行うこと



【傷病者対応訓練】（教職員研修：4月放課後実施）

5時間目の体育の授業中、体育館で突然児童が倒れたといった想定で、実技研修を行いました。

子ども役になった数名の教師は、手分けをして近くの教室や職員室、保健室などにいる先生に知らせに行きます。倒れた子どものそばには第1発見者の教師が、迅速な救命措置と周囲にいた子どもへの指示、携帯電話で連絡、救急要請など・・・。

手に汗握る、リアルな研修でした。

応援に駆け付けた教師の役割分担、AEDの操作、保護者の方への連絡、救急車誘導など、どのような流れで行うのが良かったか、全職員で振り返りました。何度研修をしても緊張します。

大切な子どもの命を守るため、皆が使命感をもって真剣に取り組んだ時間でした。



★日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度について

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度とは、学校の管理下（授業中、休み時間、登下校中、校外学習など）で起きたけがで医療機関を受診した際に給付金が支払われる制度です。1年生には、入学式の日、加入に関する同意書を提出していただきました。

さいたま市では子育て支援医療費助成制度により医療費がかかりませんが、学校でのけがに関してはこちらの制度を優先的に使用するようお願いいたします。窓口での支払い（自己負担3割分）が1,500円以上かかった場合に対象となります。

学校管理下のけがで医療機関へ受診した際は、申請のために必要な書類をお渡ししますので、担任までお知らせください。