



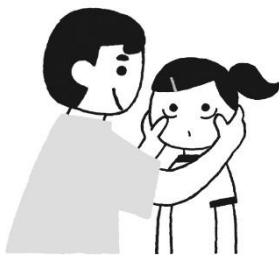
令和6年5月1日  
港区立小中一貫教育校  
赤坂学園 赤坂小学校

新年度が始まっておよそ1か月。新しい環境や周りとの関係にも徐々に慣れてくるころですが、体や心の疲れが出やすく、保健室への来室者もだんだん増えてきます。また、連休で生活が乱れがちになってしまいうことでもありますので、生活リズムを崩さないよう注意しましょう。

5月の健康診断の予定

2日(木)	聴力検査	1年生
7日(火)	視力検査	1年生
8日(水)	眼科健診	全学年
9日(木)	尿検査第二次提出日	該当者+一次検査未提出者
16日(木)	耳鼻科健診	全学年
17日(金)	尿検査第二次追加回収日	該当者
28日(火)	歯科健診	3・6年生
30日(木)	歯科健診	2・4年生
31日(金)	歯科健診	1・5年生

眼科健診



目の病気や視力に  
えいきょうをあたえ  
る目の異常がないか  
を調べます。

髪の毛が目にかかる人は、目がよく見えるようにピンなどでとめてきましょう。

耳鼻科健診



耳・鼻・のどの病気が  
ないかをそれぞれ  
調べます。

前の日に、耳そうじをしてきましょう。

歯科健診



歯や歯ぐきが健康か、  
歯に汚れはたまっていな  
いか、かみ合わせや歯並び  
はどうかを調べます。

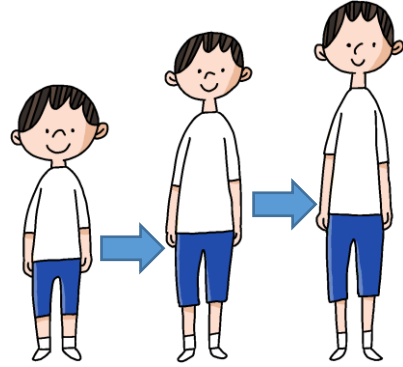
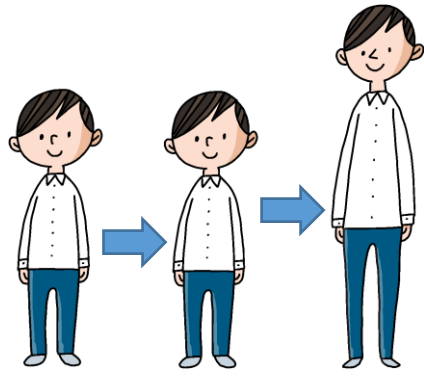
当日の朝は、  
いつもよりていねい  
に歯みがきをして  
きましょう。



# 成長のスピードは人それぞれ

発育測定をしていると、「～に勝った！」などの声がよく聞こえます。

身長のはじめの時期やのびる速さには、「個人差」があり、人によって違います。周りの人とのちがいは気にせず、毎日運動をして、すいみんや食事をしっかりととり、自分のスピードで成長していくことが大切です。



## 急な暑さに備えた対策を心がけよう

寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



脱ぎ着のしやすい服装で、体感温度を調節しましょう



気温が高いときはのどがかわく前に水分補給を



外出するときは帽子や日傘で紫外線をさけましょう

## 保護者の方へ

定期健康診断へのご協力ありがとうございます。学校では多くの児童を短い時間で検診し、疾病や異常があった場合だけではなく、疑わしい場合も「結果のお知らせ」をお渡ししています。すでに受診済みのお知らせも保健室に届いています。お忙しい中、早期に受診していただきありがとうございます。来月から水泳指導も始まりますので、「結果のお知らせ」の用紙をもらったご家庭は早めに受診していただき、プールの可否も含め医師の指示に従ってください。

※すでにかかりつけ医等で治療中の場合は、保護者の方がその旨を「結果のお知らせ」に記載して担任へお渡しください。