

# ほけんだより 5月

令和7年4月30日  
板橋区立前野小学校  
校長 松原 貴志  
養護教諭 林 美紀

## 前野小学校の様子

- ◇ 4月は溶連菌感染症や感染性胃腸炎にかかった子が目立ちました。のどの痛みや発熱の症状、または嘔吐などの症状がみられたら、医療機関を受診してください。
- ◇ 百日咳が全国的に流行しています。激しい咳が続くときは医療機関を受診し、もらった薬を飲み切ることが重要です。また、予防にはマスクの着用と石けんを使った手洗いが効果的です。
- ◇ 疲れや気圧の変化のせい、頭痛を訴える子どもが多かったです。
- ◇ 急に暑くなる日があり、休み時間や、体育の後、子どもたちは汗をびっしょりかいています。汗ふきタオル等を持たせ、水分補給ができるように、水筒の用意をお願いします。

## 5月の保健関係行事

5月も健康診断が続きます。事前の準備をよろしくお願いいたします。

耳鼻科検診	1日(木)	全学年
眼科検診	9日(金)	2・4・6年
	12日(月)	1・3・5年
尿検査2次	14日(水)	対象となった児童にはお知らせを出します。 20日(火)尿検査2次追加回収
倉淵移動教室事前検診	27日(火)	5年生 4月の内科健診欠席者はこのときにみていただきます。

## リラックスをこころがけて

新年度の環境の変化や人間関係による疲れ、ストレスを感じていませんか。その影響が、頭痛や食欲不振といった身体的な症状や、やる気がでない、イライラするなど精神的な症状としてでることがあります。

これらを解消するには、リラックスが大切です。睡眠をたっぷりとり、お風呂にゆっくり入るなど、自分が「こうすると落ち着く」と思う方法で、心と体をいやしてください。

## 4月 身体測定 前野小学校の平均

成長の仕方は個人差があります。ご参考までに平均値をご覧ください。

	男子		女子	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年	116.8	21.2	115.3	20.3
2年	121.5	23.6	122.3	23.7
3年	128.0	27.3	126.6	26.5
4年	134.7	31.8	133.1	29.4
5年	139.8	34.4	141.6	35.1
6年	146.4	40.0	147.4	38.5

## 健康診断の結果について

健康診断の結果、受診等の必要がある場合に「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。お知らせがない場合は「異常なし」ということとなります。

なお、学校の健康診断は「異常の疑いを早期に発見する」という目的で行っています。病院受診の結果、異常が発見されない場合や、診断結果がお知らせと異なる場合もありますが、ご了承ください。

「最近受診したばかり」「定期的に医療機関を受診している」などの場合は、保護者の方がその旨をお知らせに記入してご提出ください。

### <視力検査の結果>

裸眼視力がどちらか一方でも B (0.7) 以下、メガネ等をかけている場合は、矯正視力 で C (0.3) 以下の人にお知らせを渡します。

全ての健康診断が終わってから、結果を個人ごとに印刷してお渡しいたします。