



ほけん だより



羽村市立羽村西小学校 保健室 平井綾(令和8年6月)

健康診断へのご協力、ありがとうございます。

5月28日(木)の耳鼻科健診をもちまして、今年度学校で行う定期健康診断がすべて終了しました。提出物や事前準備、健診後の受診・報告など、様々な場面でご協力いただきありがとうございました。

健康診断を通して、自分の身体について知ったり学んだりする機会になるといいなと思います。健康診断についてご不明な点があればいつでもお知らせください。

健康診断結果について

いずれも、病院にかかって記入したものは学校へご提出ください。

また、「結果のお知らせ」「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」に関して、すでにかかりつけ医等に定期的を受診されている疾病について受診勧告があった場合は、その旨を保護者の方にご記入いただき、提出していただいてもかまいません。

配布するもの	配布対象者	
「結果のお知らせ」	定期健康診断の結果、より詳しい診断やご家庭での見守りが必要な児童	特に、耳鼻科検診と眼科検診は、水泳授業の可否にも関わりますので、早く受診していただくと、安心して授業にのぞめます。
「検診のお知らせ(欠席者)」	校医健診を欠席した児童	お知らせの表に「○」のついている学校医の病院ですと、費用もかかりませんので、まだ受けていないお子様は、 <u>事前に病院に連絡し、保険証をお持ちの上で欠席者検診を受けてください。</u> なお、検診を受けた際、治療が必要になると費用がかかりますのでご承知おきください。
「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」	歯科検診を受診した全校児童	結果に応じて、経過観察や受診をしてください。

しよねつじゅんか

暑熱順化

体を暑さになれさせる（＝暑熱順化）ことで、熱中症のリスクを下げることができます。

暑熱順化には、個人差もありますが大体数日～2週間程度かかるそうです。本格的な夏がやってくる前に暑熱順化ができるといいですね！

↓体を暑さにならすためにこんな方法があります↓



運動をして
汗をかく



お風呂に
入る

水泳の授業がはじまります

6月から水泳の授業が始まります。

水泳の授業の前に病院受診（健診で治療勧告をもらったものや未受診のもの）を済ませたり、当日朝の健康観察や、手足の爪切りなどを確認していただいたりすると、安心して授業に臨めるかと思います。

気になることがあれば、まなびポケットや連絡帳、お電話等でお知らせください。

