



# けんこうでつよい子



令和6年5月1日 杉並区立高井戸第三小学校 保健室

新しい学年、クラスになってひと月が経ちました。  
ご家庭では、お子さんたちはどんな話をしていますか?  
緊張が解け、馴染んだり、ちょっとした不安が重なったりする時期です。



連休中、体を休めるとともに、連休明けを意識して生活リズムを整えた生活を心がけましょう。お子さんのつぶやきで気になることがありましたら、担任や、保健室に遠慮なくご相談ください。

7日に容器を配るので、お子さんと容器があるかをご確認ください。  
8日が回収日です。

忘れた場合は、翌日の9日に提出できます。

8日に採尿して、学校にもって来るのを忘れた場合、新しい容器を差し上げますので、お申し出ください。

8日、9日ともに忘れた場合は、または、生理中の場合は、5/22、23に提出してください。

## 治療のおすすめを もらったら

受診をお願いします。  
今年度より、学校医以外を  
受診した場合、文書料を  
取られる場合があります。

給食用のマスクを毎日  
持ってきてください  
給食当番以外の人も  
配膳中はマスクを  
つけることになって  
います。1週間分、  
ランドセルに入れるこ  
とをお勧めします。

5月の行事予定

	聴力 耳が聞こえるかを調べます。 手の消毒をしてから、レシーバーをつけましょう。	1 (水) 聴力 2・3・5年	2 (木) 耳鼻科 2・3・6年	3 (金)
6 (月) 開校記念日	7 (火) 尿検査の容器 持ち帰り	8 (水) 尿検査 1次回収日	9 (木) 尿検査 1次追加 (忘れた人)	10 (金) 眼科 1・3・5年
13 (月)	14 (火)	15 (水) 聴力 1年	16 (木) 耳鼻科 1・4・5年	17 (金)
20(月) 振替休日	21 (火)  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">心臓の異常がないかを調べてください。</div>	22 (水) 心臓検診 1年・対象者 尿検査 2次回収日	23 (木) 歯科 2・5年 尿検査 2次追加 (忘れた人)	24 (金) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">内科 体育着をわすれないようにしましょう。</div>
27 (月)	28 (火)  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">むし歯や歯肉の炎症がないか、歯並びや、あごの様子、みがき残しなどを調べてください。</div>	29 (水)	30 (木) 歯科 3・6年	31日 (金) 内科1・6年 移動教室前日検診 6年 6年生は「健康カード」を忘れないようにしてください。

**耳鼻科**  
耳や鼻の病気が  
ないかを調べて  
くださいます。  
治療のおすすめを  
もらったら、  
水泳指導までに  
受診しましょう。

**眼科**  
目の病気がないかを  
調べてくださいます。  
治療のおすすめを  
もらったら、  
水泳指導までに  
受診しましょう。

内科  
体育着をわすれ  
ないようにしま  
しょう。

**TSFの練習**  
今月は、TSFの練習  
が本格的に始まります。  
気温も上がり、疲れが  
たまりやすくなります。  
**十分な睡眠や、  
朝食をとり、水筒や、  
水分補給を忘れない  
ようにお子さんに  
お声かけください。**