

# 5月ほけんだより

令和8年5月11日  
清瀬市立清瀬第八小学校  
校長 大森 雅之  
養護教諭 大橋 美智子

## <5月健康診断日程>

検査項目	日時	該当学年	注意事項等
尿検査二次	5月14日(木) 5月15日(金) 5月21日(木) 予備日	該当者	●該当者には事前にお知らせと容器と一緒に配付予定。 ●起床直後の中間尿を採取する。 ●登校後すぐに保健室へ持ってくる。
内科健診	5月 8日(金) 13:10~	2・6年生 たいよう	●男女別々に実施。 ●服装は男子→上半身脱衣 女子→体育着または下着のどちらかを着用した状態 ※保健室で脱衣。体育着を着て来室。 ●校医に診ていただくときは男女とも1人ずつのスペースで行う。
	5月15日(金) 13:10~	1・5年生 たいよう	

※内科健診を欠席した児童は、他学年の日に診ていただきます。5月15日(金)に欠席した場合は、欠席者対象のお知らせをお配りしますので受診をお願いいたします。

## 健康診断の結果について

健康診断の結果、疾病異常の疑いがあった児童には、各健診結果のお知らせを配付しています。5月20日(水)から水泳指導が始まります。眼科・内科・耳鼻科健診で、結果のお知らせを提出していない場合は、入水をすることができません。今年度は日にちが少ない中申し訳ありませんが、水泳指導前までに受診しご提出くださいますようご協力よろしくをお願いいたします。

## 視力検査の結果について

視力が、B（0.9）以下の児童に「視力検査結果のお知らせ」を配付しています。定期的に検査を受けている場合は、その結果を保護者の方が記入し提出されても構いません。

今回の検査でお知らせをもらわなかった場合でも、以下のSOSサインが出ている場合は眼科受診をお勧めいたします。

～こんなときは、目のSOSです～

- ◆黒板に書いてある文字がはっきり見えない。
- ◆左右の目の見え方が違ってきた。
- ◆教科書や本の文字がぼやけて読みにくい。
- ◆本やノートに目を近づける。
- ◆少し離れると、テレビの文字が見えない。

## 熱中症にご注意

暑い日が多くなってきました。熱中症対策をしっかりとしましょう！

- ★睡眠は十分とり、規則正しい生活をしましょう。
- ★朝食は飲み物や汁物も含めて、しっかり食べましょう。
- ★こまめに水分を取りましょう。
- ★外に出るときは、帽子をかぶりましょう。
- ★衣服は、風通しがよく、汗をよく吸い取るものにしましょう。髪が長い人は結びましょう。
- ★体調が悪いときは、無理をしないようにしましょう。

## 麻疹（はしか）について（清瀬市ホームページより）

麻疹（はしか）は非常に感染力が強く、重症化する恐れのある感染症です。麻疹の疑いがある症状がみられたら、事前に必ず電話で医療機関へ「麻疹の疑いがある」ことを伝えてください。麻疹に感染した場合（疑いを含む）は、学校までご連絡ください。

【感染経路】 空気感染、飛沫感染、接触感染

【症状】 10～12日間の潜伏期間の後、38℃程度の発熱及びかぜ症状が2～4日続き、その後39℃以上の高熱とともに発疹が出現します。主な症状は、発熱・発疹の他、咳、鼻水、目の充血などです。