

ほけんだよい

令和7年 6月 9日
清瀬市立清瀬第七小学校
校長 吉田 有子
養護教諭

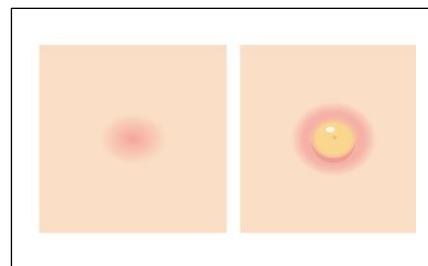


はじめじめした梅雨の季節となりました。天気が不安定だと気持ちもふさぎやすくなります。晴れた日は外に出て体を思いきり動かしましょう。暑い夏を乗り越える体力がついて気分もすっきりします。

暑さに体が慣れていないので熱中症も心配です。帽子をかぶり、水分をこまめにとりましょう。



すいとう みずぼうそう
水痘（水疱瘡）が
はやっています



埼玉県を中心に水疱瘡が流行っています。埼玉県に近い七小でも水疱瘡に罹ったという報告が増えてきました。

水疱瘡は、潜伏期間（感染してから湿疹が出るまでの間）が長く、2週間前後あるので本人も気が付かないことが多いです。痒みが強くかかないようにがまんすることがつらい病気です。

水疱瘡の発疹は右上のイラストのように、赤い発疹や、「水泡」といって、水が入った盛り上がったぽつぽつですが、この赤い発疹や水泡が全部かさぶたになるまで学校はお休みになります。

雨の日 こんなことにきをつけよう！



足元に注意！



かさが危ない！！



目立つ色の服で

けんこう はいふ 健康カードを配布します

おこな いて きけんこうしんだん けっか か けんこう くぼ
1月から行ってきた定期健康診断の結果が書いてある健康カードを配ります。おうちで
よう きろく けんこうしんだん み びょうき ば かくにん
長年の記録や、健康診断で見つかった病気やむし歯などを確認してください。

りょうず きにゅう きにゅう ほけんしつ ちりよう
治療済みの記入はカードには記入されませんが、保健室でチェックしているので、「治療
し ほけんしつ たんにん せんせい だ
済みのお知らせ」は保健室か担任の先生まで出してください。

定期健康診断の記録

定期健康診断の記録 清瀬市立清瀬南七小学校

身長 (cm)	
体重 (kg)	
脈拍 (b/min)	
血圧 (mmHg)	
聴力 (dB)	
視力 (mm)	
歯牙検査	
心臓	
肺	
肝臓	
脾臓	
腎臓	
膵臓	
胆嚢	
膀胱	
子宮	
卵巣	
その他	

備考

・肥満度の計算結果が、+20%以上：肥満傾向、+20%以下：やや肥満
・聴力の0/10以内は聴覚障害と診断される。
・聴力区分：Bは1.0以上、B+は0.7、Dは0.5以下、D+は0.3未満

学年	学期	身長	体重	聴力	視力	歯牙検査	心臓	肺	肝臓	脾臓	腎臓	膵臓	胆嚢	膀胱	子宮	卵巣	その他
1	1学期 (4月)																
1	2学期 (9月)																
1	3学期 (1月)																
2	1学期 (4月)																
2	2学期 (9月)																
2	3学期 (1月)																
3	1学期 (4月)																
3	2学期 (9月)																
3	3学期 (1月)																
4	1学期 (4月)																
4	2学期 (9月)																
4	3学期 (1月)																
5	1学期 (4月)																
5	2学期 (9月)																
5	3学期 (1月)																
6	1学期 (4月)																
6	2学期 (9月)																
6	3学期 (1月)																

保護者の皆様へ

昨年度より清瀬市の校務支援システムに入っている検診結果のデータを直接印刷したものを貼る記録に変わりました。つきましては左ページの右下に保護者のサインまたは押印をして学校に戻してください。よろしくお願いいたします。

サインまたは押印

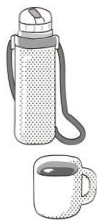
☐ぼうし

ちやくしゃにっこう
直射日光が
あたるのを防ぐ。ツバが
広く通気性のよいものを。



☐水筒

あせ
汗やおしっこ
から出ていく
水分を補給。



☐汗ふきタオル

あせもやにおい
対策に。清潔な
ものを用意して。



木陰や
涼しい場所で
こまめに休憩を



保護者の皆様へ 「災害給付金」振り込み手数料について

学校で起きたけがの治療費はスポーツ振興センターから支給される「災害給付制度」の対象となります。これは、保険診療による医療を受けた上で自己負担分1500円以上を支払った場合です。

スポーツ振興センターから支給された災害給付金は事前にお手続きしてもらった口座に振り込まれますが、その際には振り込み手数料が66円かかりますので、実際には振り込み手数料が引かれた金額が振り込まれることをご承知おきください。振り込まれる時には、個別に書面にてお知らせします。