



ほけんだより



令和5年7月5日
 横浜市立山田小学校
 校長 藤原 明美
 養護教諭 末吉 美穂

夏を元気にすごしましょう！

梅雨が明け、強い日差しが照り付けると、気温が上がると、さらに体が暑さに慣れていないため、熱中症になりやすくなります。これからさらに暑くなってきます。体調をととのえて、夏の暑さをのりきりましょう。

熱中症をふせよう！！



～自分でできる 予防のための 3つの合言葉♪～

- ひ** かげで休けいをとる → 白かげなどすずしい所で、こまめに休けいをとろう。
- み** ずを飲む → のどがかわかなくても、水分をこまめにとろう。
- つ** めたいもので体を冷やす → 氷でぬらしたタオルや氷で、首・わきの下・足のつけねを冷やそう！

そのほかにも・・・ ○ぼうしをかぶる ○すずしい服そうをする などがああります。

熱中症予防 日頃からのこころがけ

「はやね・はやおき
あさごはん」が
 できていないと、
 熱中症に
 なりやすくなります！



健康診断の結果について

■発育測定・・・山田小(2023年) 横浜市(2019年)の平均です。めやすとしてお知らせします。

項目		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	
男子	身長 (cm)	山田小	114.2	123.4	127.3	133.1	139.3	146.9
		横浜市	116.7	122.6	128.3	133.7	139.2	145.3
	体重 (kg)	山田小	20.1	24.3	27.9	31.3	36.1	39.3
		横浜市	21.3	24.0	27.1	30.5	34.3	38.4
女子	身長 (cm)	山田小	116.3	121.5	127.8	133.1	140.1	147.2
		横浜市	115.6	121.6	127.4	133.5	140.1	146.9
	体重 (kg)	山田小	21.3	24.4	27.6	29.7	34.5	40.5
		横浜市	20.8	23.4	26.3	29.8	33.8	38.7



夏休み中も続けよう 学校がある日と同じ生活習慣



学校がある日と同じ時間に起きる



ご飯を食べたあとは歯みがき



学校がある日と同じ時間にトイレに行く



毎日、適度に運動
(熱中症には注意!)

健康診断がすべて終わりました

6月中に児童健康診断がすべて終了しました。病気の疑いがある場合や詳しく検査したほうがよい場合には、「受診のおすすめ」を発行しました。受診のおすすめが届き、まだ受診されていない方は、夏休み等も活用し、受診していただきますようお願いいたします。

受診勧告について

- 視力検査・・・0.9以下（メガネ使用の場合は、0.7以下）の児童に、「受診のおすすめ」を配付しました。
- 内科検診・・・「心雑音」、「そくわん」については、急いで受診する必要はないそうなので、小児科に受診した際などにかかりつけの医師に診ていただいでください。
- 歯科検診・・・永久歯・乳歯のむし歯疑い、要注意乳歯（抜歯する必要のある乳歯）のある児童へお知らせをしました。また、歯並び・かみ合わせについて、相談が必要な児童についても、お知らせしました。

健康手帳について

健康診断の結果をご家庭へお知らせするため、夏休み前に健康手帳を7月6日(木)にご家庭へ一度返却いたします。定期健康診断のページ(P.4、P.5) 歯のページ(学年により異なる)をご確認いただき、該当学年の**保護者印の欄に捺印**または**サイン**をお願いいたします。

健康手帳は、夏休み中、学校で保管しますので、
確認・捺印後は**7/11(火)**までに担任へ提出をお願いいたします。



学校病治療費援助事業について

横浜市では、就学援助を受けている方を対象に、特定の疾病の治療費が免除または一部援助になる学校病治療費援助事業があります。

就学援助申請の結果は、例年7月中旬以降に出ます。治療券の発行は、就学援助の申請が通った以降になります。希望される方は保健室までお声かけください。

※治療券使用の際は、治療開始前に医療機関に治療券を提出していただくことが前提となります。また、治療券提出前の受診分は原則として払い戻されませんので、ご注意ください。

援助の対象となる疾病

・トラコーマおよび結膜炎(アレルギー性のものを除く)・白癬、疥癬および膿痂疹・むし歯(歯周疾患等は対象外)・慢性副鼻腔炎およびアデノイド・中耳炎・寄生虫