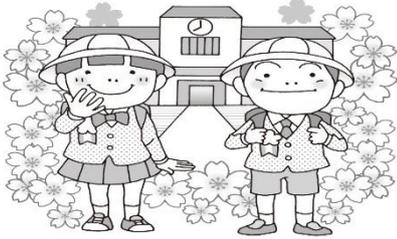




令和6年4月8日 座間市立入谷小学校 保健室 NO.1

にゅう がく しん きゅう
入学・進級

おめでとうございます



今年の冬は暖かったのですが、3月は寒い日が多かったですね。でも、そのおかげで、新学期は桜に見守られてスタートできました。去年1年、市内では学級閉鎖が多く出た学校もあったようですが、入谷小学校は感染症が大流行することがありませんでした。各ご家庭の健康管理おかげだと思います。元気だからこそその楽しい学校生活です。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

けんこう しん だん はじ
健康診断が始まります

『保健調査票』を配付・回収します!

提出期限: 4月15日(月)

<記入について>

1. 見開きの右上に名前の記入をお願いします。
 2. 「かかりつけの医療機関名」は、緊急時の資料になります。かかりつけがある場合は必ずご記入ください。
 3. 食物アレルギー等に関しては、できるだけ詳しく記入してください。
 4. 「4. 現在の健康状態について」では、健康診断の際、校医に相談しますので、あてはまる場合は、該当学年の欄に○を記入してください。
- *「整形外科」は、保健調査票の裏面の図をみて、ご家庭で観察していただき、該当する項目がある場合は○を記入してください。

(注意) この調査票は、中学卒業まで使用します。破損や紛失のないよう大切にお取り扱いください。

平成28年から健康診断の中で、「脊柱・四肢」の検査が加わりました。

その目的は以下の3つです。

1. 気づかぬうちに進行し、大人になって問題になる「脊柱側湾」等の病気の発見
 2. スポーツのしすぎで、放置すると外傷や障害に結びつく異常の発見
 3. 体が固い、筋肉が弱いなどの運動機能不全があることによるけがや故障の防止
- 特に、スポーツをがんばっている子どもたちは痛みを訴えないまま、故障することがないように、年に1度は一つ一つの項目の聞き取りをお勧めします。



春の5Kに要注意!

強風

春は気圧配置の特徴から風が強く吹くことが多い時期です。

乾燥

風が強いと洗濯物がよく乾くように、肌や喉も強風で乾燥しやすくなります。

寒暖差

季節の変わり目は特に1日の中での寒暖差が大きいです。

花粉

風に乗って、花粉症の人の大敵・スギ花粉もたくさん飛来します。

黄砂

大陸からもアレルギーのもとになる黄砂がやってきます。

新しい環境での疲れに加え、乾燥や寒暖差による体調不良やアレルギーも気になる季節。服装や保湿などの工夫で、元気をキープしましょう。

