

# ほけんだより 4月

令和5年4月7日 座間市立入谷小学校 保健室 NO.1



今年の春は、お天気もよく、満開の桜を楽しむことができました。青空に桜、気分が上がります。4月、どんな新しい出会いがあるか楽しみです。わくわくします。一方で、不安もちょっぴりあって緊張もします。緊張すると息を止めてしまいがち、意識して呼吸するといひそうです。

今年も、子どもたちが、元気に学校生活を送れるよう努めます。感染防止と健康診断、どちらもご協力、お願いします。



〈くコロナ対策について〉

- \* 朝の検温と健康観察は、これまで通り行います。発熱・のどの痛み・咳など体調不良の症状があるときには、自宅で休養し、必要に応じて受診をお勧めします。  
・・・本日提出いただいた、以前の健康観察カードは、一旦お預かりします。
- \* マスクの着用は、個人の判断です。

## 『保健調査票』を配付・回収します!

提出期限：4月14日(金)

〈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。

### 「整形外科」=運動器検診が行われる理由

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. 気づかないうちに進行し、成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。

