

ほけんだより

令和7年5月2日 深谷市立深谷小学校 保健室発行



新年度がスタートして約1か月が経ちました。新しいクラスには慣れてきましたか？5月は新年度の疲れが出やすい月です。たっぷりと睡眠をとる、栄養のバランスの取れた食事を心がけるなど、規則正しい生活を送って体の調子を整えましょう。もしも、気になることや心配なことがある時は、家族や先生、友達に相談をしてくださいね。



健康診断を実施しています

健康診断は、身体が順調に成長・発達しているかどうか、詳しい検査や治療が必要な病気が隠れていないかなど、児童のみなさんの体の状態を調べるために行っています。自分の健康について知るための大切な手掛かりですので、しっかり結果をチェックし健康管理に役立てましょう。検診後は「結果のお知らせ」を配付しますが、学校の健康診断の結果はすぐに病気と診断されるものではありません。個別に相談したり、詳しい検査をしたりして異常があるかどうかを確認できるように、なるべく早く医療機関を受診しましょう。受診が済みましたら、お知らせの用紙を担任までご提出下さい。

<内科検診>



保護者の方へ連絡メールでもお知らせさせていただきましたが、「児童生徒のプライバシーへの配慮」について、深谷市・奇居町・深谷奇居医師会では同一歩調で進めていきます。

検診方法等に不安やお気づきの点がある場合は、担任または保健室へご相談ください。

歯科健診を実施しました



4月16日(水)に全校児童を対象に歯科健診を行いました。学校歯科医の郷田先生、宮澤先生からは、「むし歯のある子は少なく、きれいな歯をしている子が多いですね」とお褒めの言葉をいただきました。これからも丁寧なみがきを続けて、健康な歯を保っていきましょう。

<保護者の方へ>

【歯の保健調査】へのご記入とご提出のご協力ありがとうございました。お子さんの口腔内の心配事も沢山書いていただきました。

受診が必要な場合は、歯と口腔の健康診断結果に記載、または歯の保健調査の写しをお渡ししましたので、主治医の先生と個別にご相談ください。



受診のおすすめに
Oがついている場合は、早めの受診をお願いします。

むし歯の治療100%を目指しましょう

暑さ対策をしましょう

5月5日は「立夏」です。夏が始まる日とされています。外での活動が気持ち良い時期ですが、熱中症や紫外線にも気をつけなければいけない時期でもあります。特に今の時期は暑さに体が慣れていないため、熱中症への対策をしっかりと行いましょう。

かぜとお
風通しの良い服装

ぼうし
帽子をかぶる

きそくただ
規則正しい生活(睡眠・朝食)

すいぶんほきゅう
こまめな水分補給

すいとう
水筒はなるべく毎日
持ってきてください。



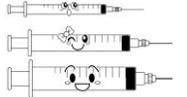
とうげこうじ
登下校時
ひがさ
日傘の利用

ミスト付ファン
クーラーやクール
タオルの活用

ひかげ
日陰やすずしい場所
で休憩をとりながら活動する

～保護者の方へ～ お子さんの定期予防接種について

定期予防接種は、感染症の予防を目的として国が推奨している予防接種です。病気にかかることを予防したり、人に感染させてしまうことで社会に病気がまん延してしまうのを防ぐ目的があります。決められた期間内に接種し、健康を守りましょう。



二種混合
(破傷風・ジフテリア)

対象：H26.4.2～
H27.4.1 生

接種期間
11歳に達した時から13歳の誕生日の前日まで

日本脳炎

対象：H28.4.2～
H29.4.1 生

接種期間
9歳に達した時から13歳の誕生日の前日まで

子宮頸がん
予防ワクチン (HPV)

対象：H25.4.2～
H26.4.1 生 (女子)

接種期間
小学6年生から高校1年生となる年度の末日まで

深谷市保健センターより事前に予診票・案内通知が届きます。予診票と母子手帳をお持ちになり、指定医療機関を予約の上接種してください。予診票がない場合は、保健センターで交付してもらえます。母子手帳を持参して交付を受けてください。