令和４年５月２日
豊川市立長沢小学校
保健室

新学期がスタートし、１か月がすぎました。体と心の調子はどうですか？知らない間に疲れがたまってしまう時期です。5月は、まだまだ気温の差がはげしい日もあるので、『体と心の休養』をしっかりして、かぜをひかないようにしましょう。また、5月はみんなが楽しみなＧＷもあります。この連休で、しっかりとリフレッシュして、元気に学校に来れるように準備しましょう。

生活リズムを整えよう！

あたらしい学年で生活して１か月。少しつかれを感じはじめたころに、すてきなＧＷがやってきます！どんなことをしようか、わくわくしている人もきっと多いと思います。ですが、ＧＷはリフレッシュにふさわしい期間とともに、生活がみだれやすい期間でもあります。このＧＷに生活がみだれると、逆につかれを倍増させることに…！！せっかくの連休なのに、リフレッシュどころかさらにつかれてしまうことがないように、規則正しい生活を、いしきしてすごしましょう。

～保護者の皆様へ～

★ 引き続き、感染拡大防止にご協力をお願いします。

日頃は、本校の学校保健にご理解とご協力いただきありがとうございます。
現在愛知県では、「愛知県厳重警戒措置」下にあります。感染者数が下げ止まり、になっている現状として、引き続き感染対策（こまめな手洗い・消毒・マスク・換気・規則正しい生活）をよろしくお願いします。

毎朝の検温及び健康観察につきましては、**GW期間中の休日においても検温及び健康観察の記録をよろしくお願いします。**また、ご家族に発熱・風邪症状等がみられましたら、登校をご遠慮ください。

★ 健康診断の結果について

４月中に身体測定、視力検査、聴力検査を終えることができました。身体測定と視力検査の結果は、保護者の方にも知っていただきたいと思い、結果を通知させていただきました。お子様の成長について、考え、お話できる機会にしていただければと思います。

学校の健康診断は、集団検診のため、“疑わしいものをチェックする”健診です。今後、内科検診と歯科検診以外は、**疾病の疑い**がある場合のみ、お知らせを通知させていただきます。お知らせが届いたから、病気とは限りません。疾病は早期発見・早期対応が大切になります。念のため、病院の受診をよろしくお願いします。

☆5月の健康診断予定☆

日にち	検診項目
2日（月）	心電図検診（1・4年生）
9日（月）	尿検査
9日（月）	眼科検診（1・4年生）
17日（火）	耳鼻科検診

それぞれの、学校医の先生が見てくださります。

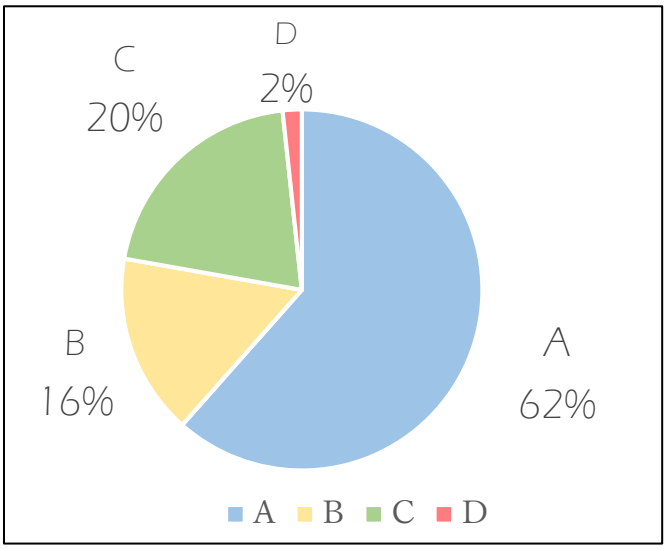
眼　科：田中　秀典　先生（豊川たなか眼科クリニ
耳鼻科：井上　雄太　先生（耳鼻咽喉科　井上医院
※今年度より、学校医の眼科の先生が変わりました

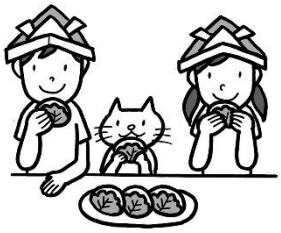
健康診断の結果

①身体測定

男子 身長（cm）	男子 体重（kg）	長沢小の平均値	女子 身長（cm）	女子 体重（kg）
119.5	22.4	1年生	115.1	19.8
119.5	22.5	2年生	122.6	24.0
127.9	27.6	3年生	122.6	24.7
136.2	33.9	4年生	132.9	29.2
137.9	33.9	5年生	140.0	33.1
144.4	41.9	6年生	145.9	36.6

②視力検査



最近は少しずつあたたかくなってきたなあ、と感じています。先生は少しずつ、長沢小学校のみんなの顔と名前を覚えることができました！みなさんは、先生の名前を覚えてくれましたか？
「おいかわ先生」と廊下や保健室に来て、呼んでくれる子が増えて、先生はとてもうれしいキモチでいっぱいです！ありがとう！✿

先生は「絵を描くこと」がすっごく苦手です。しかし、みんなが健康観察表に絵を描いて！と多くの子が言ってくれたので、今月から絵を描きたいと思います。
みなさんも、先生と一緒に苦手なことにチャレンジしてみませんか？
チャレンジしたら、ぜひおしえてね！☆