



令和8年5月
川崎市立片平小学校
保健室

新しい学年が始まり、1か月が経ちました。学校生活には慣れてきたでしょうか？
慣れてきたころに体調を崩したり、ゴールデンウィークで生活リズムが乱れてしまったりすることもあります。規則正しい生活を心掛け、体調がすぐれないときは無理をしないようにしましょう。

日時	項目	対象学年
5月1日(金) 1~3時間目	身体計測	1年
7日(木)	聴力検査	3年
8日(金) 9:00時間厳守	尿検査②	前回未提出者 2次検査対象者
11日(月)	聴力検査	2年
12日(火)	聴力検査	1年
21日(木) 8:50~	内科検診	3・4・5年 サポート級 ※5年生は自然教室前 検診も兼ねています
28日(木) 8:50~	内科検診	1・2・6年 前回欠席者
6月2日(火) 8:50~	歯科検診	2・4・6年 サポート級
3日(水) 9:15~	心臓病検診	1年
4日(木) 8:50~	歯科検診	1・3・5年 前回欠席者
11日(木) 13:30~	眼科検診	全学年
17日(水)	耳鼻科検診	1・3・5年 2・4・6年抽出者

容器は5月1日(金)に配布します。
前回未提出の方は、今回配布した容器を使
っていただき、使わなかった容器は保健室
に返却ください。9時には業者が回収にき
ますので、**時間厳守**をお願いします。

4月に実施した視力検査の「結果のお知ら
せ」は眼科検診終了後にお渡しいたします。
事前に結果を知りたい場合は、連絡帳等でお
知らせください。

2・4・6年の抽出者は、昨年度疾病保有者・
保健調査票で該当項目にチェックがある場合
に対象となります。それ以外で希望される方
は、連絡帳などでお知らせください。

※就学援助を受けているご家庭では、乳歯・永久歯の虫歯、副鼻腔炎等は学校医の病院で無料で治療を受けることができます。就学援助が決定しましたらくわしいお知らせをお渡しします。

心臓病検診について

6月3日(水)に1年生を対象に心電図の検査を行います。調査票を配布していますので、ご記入いただき担任へ提出をお願いいたします。身長と体重がわからない場合は、学校で記入いたしますので、空欄でもかまいません。その他の欄は、未記入がないようお願いいたします。また、川崎病の既往がある場合は、追加で調査票をお渡しいたします。

欠席の場合や二次検査が必要となった場合は、**7月4日(土)**に麻生区休日急患診療所で検査となります。欠席者には学校から案内を渡しますが、二次検査対象者には市からご家庭へ直接郵送されますのでお受け取りください。

校医の先生をご紹介します



内科校医	小幡 俊彦先生	(おばた小児クリニック)
歯科校医	永山 一成先生	(柿生駅前ファミリー歯科)
耳鼻科校医	吉田 高史先生	(耳鼻咽喉科よしだクリニック)
眼科校医	棚橋 智先生	(柿生駅前眼科)
学校薬剤師	田中 友香先生	(しま薬局)

内科検診って何を調べてるの？

内科検診では、目を見る、胸や背中に聴診器を当てるなど、様々なことをしています。これらは何を確かしているか知っていますか。



内科検診のこれはこの確認！

目を見る	貧血かどうかをみます
胸に聴診器を当てる	心臓や呼吸の音を聞いて、心臓や肺などの病気がないかどうかをみます
背中を見る	背骨が曲がっていないかを見て、臓器を支える骨に異常はないかをみます
首の辺りを触る	甲状腺やリンパ節の状態をみます。皮ふの状態をみて病気がないかも確認しています

内科検診は、病気の有無だけでなく、体の状態や成長の様子を確認する大切な機会です。分からないことがあれば、保健室で聞いてくださいね。



保健室の使い方

〇×クイズ



？ おうちでのケガも治療してもらえる。

こたえ → ×

保健室では学校でケガをしたときの応急手当を受けられます。おうちでのケガの手当てや、同じケガを何度も手当てすることはできません。

？ 頭やお腹が痛いときに薬をもらえる。

こたえ → ×

病院ではないので薬をわたすことはできません。でも、原因を一緒に考え、元気になるためのアドバイスをすることはできますよ。

？ つらさがはっきり分かってなくても行ってもいい。

こたえ → ○

「言葉にできないけど、なんとなく変だな」というときは、一緒に一つずつ体の様子を調べてみましょう。がまんせずに来てくださいね。



五月病ってなんで5月なの？

5月になると「やる気が出ない」「朝がつらい」と感じる人が増えます。これが「五月病」です。

4月は新しいクラスや生活リズムに慣れようと、知らないうちに気を張っています。連休で緊張が少しゆるむと、その心や体の疲れが出やすくなります。また、日によって激しい寒暖差で、自律神経が乱れ心身の不調につながります。

五月病を防ぐポイントは、適度な運動でストレス発散したり、趣味の時間でリラックスしたりすること。時には休むのも大切です。

五月病は誰にでも起こり得ます。心の病気が隠れていることもあるので、つらいときは一人で抱え

込まず、周りの大人や保健室に相談してください。

