

ほけんだより

5月

令和 8 年 5 月 1 日
 東京都立永福学園
 校長 三浦昭広
 養護教諭 奈良雅美

いつの間にか、永福学園の周りの木々も鮮やかな緑色に染まっています。時折、日の光にきらきらしている葉を見ると夏を近くに感じます。新学期が始まり、オリエンテーションや定期健康診断と慌ただしい1か月でした。ゴールデンウィークは少しゆっくり過ごして元気をチャージしましょう。



5月の保健行事

| 日 | 曜日 | 保健行事 | 対象 | 備考 |
|-----|----|------------------------|-----------------|-----------------------------------|
| 7日 | 木 | 心電図・レントゲン検査 | 1年生、対象者 | 9:50~12:00 ★体操着を忘れずに持ってきてください。 |
| 11日 | 月 | ユースヘルスケア相談 (産婦人科相談) | 希望者 対象者 | 14:00~ ★次回は6月8日(月)です。 |
| 12日 | 火 | 尿検査二次① | 一次未提出者 二次対象者 | ★1時間目の授業開始までに提出 |
| | | 眼科検診予備日 | 対象者 | 10:50~ |
| 13日 | 水 | 尿検査二次② | 一次未提出者 二次対象者 | ★1時間目の授業開始までに提出 |
| 15日 | 金 | 歯科検診 | 全学年 | 9:15~12:10 ★歯磨きをしてきてください。 |
| 22日 | 金 | 整形外科相談 | 希望者・対象者 | 9:00~9:30 ★次回は6月26日(金)です。 |
| 25日 | 月 | 眼科検診予備日 | 対象者 | 13:35~ |
| 26日 | 火 | 耳鼻科検診 | 2年生 1、3年生欠席者 | 13:45~15:00 ★肢体不自由教育部門予備日 |
| 28日 | 木 | 精神保健相談 | 希望者、対象者 | 14:00~ ★次回は6月26日(金)です。 |

※ユースヘルスケア相談・精神保健相談・整形外科相談については予約制です。希望される方は担任を通じて保健室まで御連絡ください。希望者が多い場合は翌月になることもあります。

検診表の記入や検体の提出など御協力ありがとうございます。定期健康診断の結果を実習先の企業に提出することもあります。予定を確認し、受診漏れのないようにしてください。学校で検診を受けなかった人は、個人で学校医又はかかりつけ医を受診していただきます。水泳指導や現場実習等で必要な検診でもありますので必ず受診してください。

定期健康診断の結果を配布します

各定期健康診断終了後、所見のある人のみ結果を配布しています。既に通院している場合や今回の結果を受けて医療機関を受診した際は、受診結果を保護者が記入し、提出してください。

健康診断でわかることとわからないこと



健康診断では、みなさんがバランスよく成長しているか？ 見たり聞いたりするのに不自由はないか？ 体の異常や病気の可能性はないか？ がわかります。

けれどこんなことはわかりません。

- 視力や聴力の正確な数値
- 病名
- 病気や不調の原因
- 治療法

「受診のおすすめ」をもらったら、なるべく「結果のお知らせ」さんに診てもらいましょう。

不調の原因が早くわかれば、早く治療が始められます。治療期間も短くてすむかもしれません。なにより気分も早くスッキリします。

「結果のお知らせ」をそのままにしないでくださいね



水分の準備をしましょう

5月5日は「立夏」です。夏の始まる日とされています。暦の上ではもう夏です。

昨年もGW前より夏日を観測した日がありました。これからますます日差しが強くなります。天気によって暑く感じたり、肌寒く感じたりします。上手に衣服で調整してください。また、水分は持ってきていますか？授業が本格的になり、3年生は現場実習の準備も始まります。必ず水分を持参し、こまめに水分補給をしてください。「喉が渴いた」と思ったらすでに体の水分は足りていない状態です。休み時間には、必ず水分補給をしましょう。

保護者の皆様も登校前に水筒やペットボトル等、水分を持参するよう促してください。また、登校前も朝食を食べ、水分を摂ってから出掛ける習慣を付けるよう声掛け、御協力よろしくお願いたします。



非常災害時予備薬の確認をお願いします

本校では、「日常的に服薬されている方」「鎮痛剤など頓服薬の内服がある方」に大地震等の災害が発生し、帰宅できない場合に備えて3日分の定時薬や臨時薬の準備をお願いしています。校内でも非常災害時用药の確認を行いますので、以下のとおりお子様と一緒に薬の確認及び御準備をお願いいたします。

- (1) カバン内の災害時予備薬の確認をお願いいたします。
 - (2) 学校に御提出いただいた「非常災害薬確認表」に変更(新規含む)がございましたら担任を通じて養護教諭までお知らせください。
 - (3) (2)にてお知らせいただいた御家庭には、「非常災害薬確認表」を返却いたしますので以下ア～ウを御確認ください。
 - (ア)変更内容の書き換え
 - (イ)非常災害時用药の入れ替え
 - (ウ)最新の服薬内容が確認できるもの(お薬手帳のコピー等)の提出
- ※原則、薬は本人管理です。保管場所等で配慮の必要な場合はお知らせください。