

ほけんだより 6月号

八王子市立宮上小学校
校長 宮部 吉一
養護教諭 上田 奈穂
令和7年 6月2日

暑さを感じる季節が始まりました。暑さに慣れていない今の時期は、少しの活動でも熱中症になりやすいです。十分な水分補給のために水筒の持参をお願いいたします。

6月の保健行事

6月10日で今年度の健康診断が終了します。ご家庭の御理解と御協力ありがとうございました。健康診断を欠席した場合や、疾病や異常が見付かった場合には、早めに受診をしていただきますようお願いいたします。

2日(月)	5・6年生	歯科検診 	朝、歯を磨いて来てください。 
4日(水)	3・4年生		
10日(火)	1・2年生・こすもす		

受診のお願い

例

令和6年5月21日

八王子市立宮上小学校養護 須藤 清歌

健康診断結果のお知らせ(視力)

※定期健康診断の結果を、下記の通りお知らせいたします。学校での健康診断はスクリーニングを目的としたものですので、より正確な結果を得るために、専門医への受診をおすすめいたします。また、結果について医師が記載した返信欄を学校へ提出してください。なお、通院中のお子様は、主治医から指示された時期に受診してください。

裸眼視力	(矯正視力)	A 1.0以上
右	()	B 0.5以上
左	()	C 0.3以上
		D 0.2未満

※上記の数値は、本人撮影のプリントによる数値です。
①眼鏡により矯正視力0.3未満の場合、
②眼鏡により矯正視力0.3以上0.5未満の場合、
③眼鏡により矯正視力0.5以上1.0未満の場合、
④眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑤眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑥眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑦眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑧眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑨眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑩眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑪眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑫眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑬眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑭眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑮眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑯眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑰眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑱眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
⑲眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
⑳眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉑眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉒眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉓眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉔眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉕眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉖眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉗眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉘眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉙眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉚眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉛眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉜眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉝眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㉞眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㉟眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊱眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊲眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊳眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊴眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊵眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊶眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊷眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊸眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊹眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊺眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊻眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊼眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊽眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
㊾眼鏡により矯正視力1.0未満の場合、
㊿眼鏡により矯正視力1.0以上の場合、
1. 異常ありません。
2. 検査の結果、
右 () (矯正視力)
左 () (矯正視力)
視覚異常(両眼)
近視 遠視
乱視 老眼
その他 ()

令和 年 月 日 医師 氏名 印

異常が見つかった場合

「健康診断結果のお知らせ」を配布します。「返信欄」を医師に記入していただいた上で、学校へ御提出ください。

定期受診している場合や治療中の場合は、お知らせください。

欠席等で受診しなかった場合

「定期健康診断の未検査について」を配布します。ご家庭で受診していただき、「返信票」を医師に記入していただいた上で、記載の期日までに学校へ御提出ください。

原則、学校医への受診となります。

例

令和 年 月 日

八王子市立宮上小学校校長

定期健康診断の未検査について

このたび実施しました定期健康診断では、お子さんは耳鼻科検診を受診しませんでしたので、記入で、学校医の診療機関にて受診されるようお願いいたします。なお、下記の返信欄を、 月 日までに返信へ提出してください。

※ 学校医の診療機関でのこの検診は定期健康診断の一環ですので、受診料は無料です。ただし、検査が見つかった場合など、検診を繰り返す治療等(検査を含む)については保険診療となりますので、検査料負担及び検査結果を学校医に提出することになります。詳しくは、かかりつけ医(耳鼻科)にご相談ください。

※ 返信の際は、必ず事前に校医機関へ電話でご確認ください。

※ 原則、以下の学校医への受診をお願いします。やむを得ず、他の学校医の診療機関において受診を希望する場合は、保健教諭へ相談してください。

学 校 医	氏 名	電 話
住 所		

(後方より記入)

返 信 票

氏 名 _____ 氏 名 _____

1. 異常ありません。
2. 異常を認めます。(両目)
3. その他 ()

令和 年 月 日 医師 氏名

返信欄・返信票の御提出がない場合には、水泳指導をはじめ、学校での活動に制限がかかる場合がございます。あらかじめご了承ください。

※学校での健康診断はスクリーニングを目的としたものですので、専門医に受診した結果、「異常なし」と診断されることもあります。



6月の保健目標

「歯を大切にしよう」



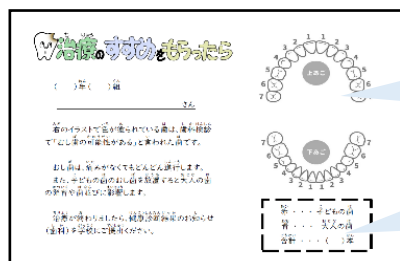
／ 歯科受診 お願いします ／

初期のむし歯であれば、削る範囲が小さく、痛みも少なく治療ができます。

6月は、歯科検診があります。むし歯（C）やむし歯になりかけの歯（CO）が見つかったり口腔内の異常が見つかったりした場合には、受診をして治療をしましょう。

定期健康診断の結果(歯科)

むし歯があった場合には、「健康診断結果のお知らせ」と一緒に、むし歯の詳細を記載したお手紙を配布します。



むし歯の場所

むし歯の本数

夏休み前のお知らせ

むし歯があり、未治療の場合には、夏休み前に再度「健康診断結果のお知らせ」を配布いたします。



冬休み前のお知らせ

未治療の場合、冬休み前に H&S でお知らせします。



歯科検診で即時治療が必要とされており、10月31日まで未受診の場合には、養護教諭によるお子さんへの個別の歯科保健指導を行います。詳しくは、保健だより 11 月号でお知らせします。

熱中症対策！

気温が高い日が増えてきています。
宮上小では、以下の熱中症対策を実施しています。

- ★暑さ指数(WBGT 値)・気温に則った、水分補給、休憩時間の確保、運動制限。
- ★休み時間のミストシャワー。
- ★風通しの良い体育館の環境整備。 等



熱をもちにくい明るい色の帽子

短い髪・結んである髪

マスクをとる

明るい色の涼しい服

十分な睡眠、栄養のある食事、
涼しい場所での休憩、水分・塩分補給