



新学期が始まって1か月が経ちました。慣れない環境で頑張ってきた疲れも出ているのか、保健室では発熱や頭痛、咳などによる来室や早退が増えています。基本的な生活習慣を整えながら、体調管理をしていきましょう。



5月の保健行事

日にち	行事名	対象
1日(水)	体重測定 耳鼻科健診	小学部4・5・6年生 小学部2年生、中学部2年生
2日(木)	体重測定	中学部1・2・3年生
7日(火)	体重測定	小学部1・2・3年生
8日(水)	耳鼻科検診	小学部1年生・中学部1年生
10日(金)	食べ方相談①	※対象の方のみ
13日(月)	歯科検診	小学部4・5・6年生
14日(火)	尿検査二次	未提出者・二次検査対象者・その他対象者
15日(水)	(10:00までに提出)	※学校で尿検査が受けられなかった場合、かかりつけ医での受診とともに検査機関へ御持参いただくこととなります。御了承ください。
17日(金)	聴力測定	小学部3年生、中学部3年生
21日(火)	歯科検診	中学部1・2・3年生
23日(木)	聴力測定	小学部2・5年生
24日(金)	療育相談	※希望者(次ページに詳細)
30日(木)	歯科検診	小学部1・2・3年生

各種健康診断の結果について

各種健康診断の結果につきましては、**異常や疾病の疑いのあるお子さんには「結果のお知らせ」を配布しております。**すべての検診終了後、全項目の結果を載せた「健康診断結果のお知らせ」として各家庭に配布予定です。

GWの過ごし方

もうすぐゴールデンウィークですね。まずはしっかり休んで心と体をリラックスさせてくださいね。好きなことをしたり、どこかへお出かけしたりするのもいいですね。休み明けにまた元気に登校するために、右のポイントを意識して過ごしてみてください。

「早寝・早起き・朝ごはん」

夜はスマホやタブレット等は時間を決めて使い、なるべくいつもと同じ時間に寝ましょう。朝起きたら、太陽の光を浴び、朝ごはんを食べることで体が活動モードに切り替わり生活リズムが整いやすくなります。





療育相談について

療育相談とは、精神科校医（こころのクリニック調布 伊藤真人医師）が月に1回来校してお子さんの心身の問題について個別に相談に応じ、保護者の方と担任・養護教諭と一緒に見解やアドバイスを聞き、日常生活に生かしていく場となっています。

- ★日常生活でこんなことが気になる・・・。
- ★思春期を迎えての対応って・・・。
- ★こんな行動が目立ち始めたが・・・。
- ★薬の副作用が心配・・・など

※保護者の方からの希望でお受けしますが、担任・養護教諭からお勧めする場合があります。
※申し込み希望者が多い場合には、御相談内容によって優先順位を決定させていただきます。
御了承ください。

※相談時間はその月の希望人数によりますが、一人およそ30分くらいです。

【今後の日程について】

令和6年 5月24日(金) 6月14日(金) 7月12日(金) 9月13日(金)
10月25日(金) 11月8日(金) 12月6日(金)
令和7年 1月17日(金) 2月14日(金) 3月14日(金)

※いずれの日程も午前中(10:30~12:00)の実施となります。

【申し込み方法について】

- ① 連絡帳に「相談を希望する月」と「簡単な相談内容」を記入し担任を通して養護教諭にお知らせください。
- ② 後日、日程が調整でき次第、担任から「事前相談用紙」の記入・提出について個別に御案内いたします。