

ほけんだより

令和8年5月1日
川口市立辻小学校
保健室

入学・進級から1か月がたちました。新しい環境には慣れてきましたか？少し疲れたと感じている人もいるかもしれません。ゴールデンウィークで心と体を休めて、元気をたくわえましょう！

健康診断の結果をもとに、受診のお知らせを渡します。もらった人は、

早めにお医者さんに診てもらい、病気を早く治すようにしましょう！

そして、元気な体を保ちましょう。



5月の保健目標

病気を早く治そう

	なないろ	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
色覚検査 【保健室】					6月5日(金) 1・2校時			
視力検査 【各階特活室】	5月15日(金)	5月8日(金) 1校時1-1 2校時1-2	5月18日(月) 1校時2-1	5月18日(月) 3校時3-1	5月8日(金) 3校時4-1 4校時4-2	5月13日(水) 1校時5-1	4月30日(木) 1校時6-1 2校時6-2 3校時6-3	
聴力検査 【保健室】	3校時	5月15日(金) 1校時1-1 2校時1-2	2校時2-1	4校時3-2		2校時5-2 3校時5-3		
眼科検診 【保健室】	2・4・6年生 5月12日(火) 13:30~ なないろ・1・3・5年生 5月19日(火) 13:30~							
歯科健診 【保健室】	2・5・6年生 5月7日(木) 9:00~ 番匠 Dr なないろ・1・3・4年生 5月14日(木) 10:00~ 今野 Dr							
脊柱側弯検診 【会議室】		10月2日(金) 10:20~ 該当者のみ				10月2日(金) 10:20~ (全員)	10月2日(金) 10:20~ 該当者のみ	
尿検査		1次 容器配付: 5月26日(火) 回収: 5月27日(水) 回収(予備): 5月28日(木) 2次 容器配付: 6月9日(火) 回収6月10日(水)						



視力検査・聴力検査・眼科検診・
歯科健診・尿検査があります！

歯科検診用語解説

歯科検診の結果が返ってきたら、記号や数字などの「歯科検診用語」に注目！用語の意味を知っておくと、歯みがきの方法や生活習慣を見直したり、歯科医院を受診したりする目安がわかります。「受診のおすすめ」のお知らせをもらった人は、早めに歯科医院を受診して検査・治療をしましょう。



- 【/】むし歯がなく健康な歯（現在歯）
- 【CO】むし歯になりかけている状態（要観察歯）
- 【C】治療していないむし歯（未処置歯）
- 【O】治療したむし歯（処置歯）
- 【GO】軽い歯肉の炎症がある状態（歯周疾患要観察者）
- 【G】治療が必要な歯周疾患（歯周疾患罹患患者）

かくがくねん しんちょう たいじゅうへいきん
各学年の身長・体重平均



がくねん 学年	だんし 男子	じょし 女子		
	しんちょう 身長 (cm)	たいじゅう 体重 (kg)	しんちょう 身長 (cm)	たいじゅう 体重 (kg)
ねんせい 1年生	114.9	20.1	113.2	20.5
ねんせい 2年生	121.3	23.0	121.3	23.5
ねんせい 3年生	126.0	26.1	128.4	27.3
ねんせい 4年生	133.6	30.2	132.3	30.7
ねんせい 5年生	140.4	37.0	139.7	34.1
ねんせい 6年生	146.1	39.3	146.6	38.2

身長がよく伸びる時期は、男の子は10～17歳、女の子は8～15歳です。体の成長は、人それぞれなので、他の人と比べるのではなく、自分の成長を健康カードで見せてみてください。

自分の健康を管理しよう



健康診断の結果が返ってきたら、どうする？ まさか、確認もせずに「ポイ！」と放っておくなんて…!? そんなこと、していませんよね？
健康診断は、受けたら終わりではありません。自分の今の体の状態や成長の具合を知り、もし異常や病気などの心配があるなら、早期に病院で診てもらい/早期に治療するために、とても大切なものです。
自分の健康を守るのは、あなた自身です。自分で健康診断の結果を確認するのが、大人への第一歩なのです。



..... おうちの方へ

発育測定の結果は「健康カード」でお知らせしています。ご覧になられましたら、押印もしくはサインをして学校にご提出ください。

また、2～6年生の健康カードの左側に、健康診断の結果を記載しておりましたが、1年生の書式の変更に伴い、結果の記載をしないことになりました。健康診断の結果は、各検診後に「結果のお知らせと受診のおすすめ」を配付いたしますので、そちらをご確認ください。

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

災害共済給付申込の提出にご協力いただきありがとうございました。自己負担額が1500円を超える学校管理下における事故の際は、災害共済給付制度が優先となります。子ども医療費支給制度は利用なさらず、その場では保険適用の3割分をお支払いください。

書類による申請後、医療費総額の4割分が指定口座に振り込まれるという形になります。お手数ですが、ご理解とご協力をお願いいたします。

また、給付事由が生じた日から2年経過で給付が受けられなくなります。

【メリット】

- ①負担額に1割上乘せした額が給付される。
- ②初診から10年間(後遺症での受診等)保障される。

学校でけがをしたときは?
日本スポーツ振興センター・災害共済給付制度

保護者の方へ

お子さんが、学校でけがをしたとき

↓

保健室まで知らせてください

↓

いりょうひ医療費がおおりる手続きをします

給付の対象・条件など

- 学校管理下(課外活動・通学なども含む)のけがであること
- 療養にかかった費用が5000円以上の場合(医療保険の適用で医療機関の窓口で支払った自己負担額が、通常1500円以上)

※制度の詳細は、日本スポーツ振興センターのホームページをご覧ください。
<http://www.jpnspport.go.jp/anzen/Default.aspx>