



せんたいしりつながまちみなみしょうがっこう
仙台市立長町南小学校

ほけんだよ がつ にち
保健便り 6月11日

No. 3

がっこう さいかい
学校が再開してから10日が過ぎました。子どもたちが元気に登校して来る姿を見ると、
つうじょう せいかつ ちど
通常の生活に戻りつつあると実感しています。



にんげん からだ は、じょじょ あつ な しゆく
人間の体は、徐々に暑さに慣れる仕組みになっていて、暑さを
の 乗り切るために たいおん を 下げやすい からだ になることを しょねつじゆんか
暑熱順化とい
うそうです。今週は夏のような暑い日が続いています。今年(ことし)はコ
ろな えいきょう で、あつ からだ な
ロナの影響で、暑さに体が慣れていない上にマスク着用のた
め、特に熱中症(ねちゅうしやう)に気を付けなければなりません。

がっこう では、マスク着用(ますく ちゃくよう)などコロナ対策(ころな たいさく)をしっかりと、子ども
の健康(けんこう)のために 適宜指導(てきぎ じどう)していきたいと思(おも)います。

登校時には、毎朝の検温とマスクの着用をお願いしております。児童たちは、ほぼ
全員が検温を済ませて登校しているほか、しっかりとマスクを着用して登校しており、
保護者の皆様のご理解とご協力に感謝いたします。

予定



健康診断がスタートします

健康で元気に過ごせるよう、健康診断を行います。予定は下のとおりです。

12(金)	全員	尿検査	22(月)	1年生	問診票回収 (心臓病検診)
15(月)	忘れた人	尿検査(予備日)	23(火)	対象者	尿検査2次
15(月)	1年生	問診票配布 (心臓病検診)	24(水)	対象者	尿検査2次 (予備日)
16(火)	ひまわり	発育測定	7月 1(水)	対象者	生理対象者 尿検査
17(水)	上学年	発育測定	1(水)	2-1・2 3年	内科検診
18(木)	下学年	発育測定	2(木)	1年生	心臓病検診
			2(木)	4年 6-1・2	内科検診

尿検査の詳細は裏面をご覧ください

尿検査

腎臓の病気や糖尿病などがないかを調べます

尿のとり方

朝起きて一番のおしっこをとります

最初に少し出してから、途中の尿を容器にとってください



＊注意したいこと＊

◎前日は、ビタミンCを含んだジュース類は飲まないようにしましょう。

→きちんとした検査の結果が出にくくなる、特に潜血結果が出にくくなるそうです。

◎出始めのおしっこではなく、少し出してからコップにとります。

→尿道(おしっこの通り道)にたまっているおしっこを捨てるためです。



忘れそうだからと前日におしっこをとってはダメ。

→ 正しく検査できないことがあります

保護者の方へ

- ① お子様の名前に間違いがないか確認してください。
*間違いがありましたら、赤字で訂正をお願いいたします。
*ただし、システムの都合上、常用漢字の表記になりますことをご了承願います。
(例：高→高 崎→崎 凜→凜 など)
- ② 袋に書いてある説明をよく読み、正しく検体をとって提出してください。

提出日

6月12日(金)

忘れた場合は15日(月)に
もってきてください。