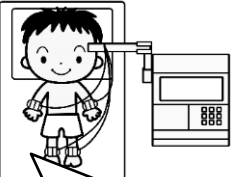


ほげんだより 5月

令和3年4月28日
横浜市立元街小学校
保健室

新年度が始まり、1か月が経ちました。新しい友達や、先生とも慣れてきた頃ではないでしょうか。緊張した気持ちなくなるこの時期に、今までのつかれが出る人もいます。連休明けも元気に過ごせるように、「早ね・早おき・朝ごはん」で生活リズムをととのえて、元気に過ごしましょう。

けんこうしんだん つづ 健康診断まだまだ続きます



しんでんずけんさ 心電図検査 17日(月) 1年生・昨年度欠席者等

心臓の音や動きを機械ではかって心臓の病気や異常がないかを調べます。体育着で行うので忘れずに持ってきましょう。

ねているだけで
いたくないよ!

にょうけんさ 尿検査

11日(火) 全員提出

10日(月)に検査容器を持って帰ります。腎臓の病気を調べる検査です。詳しくは、検査容器と一緒に配るプリントを見てください。



検査容器を配る10日に学校をお休みすることがもう分かっている人は先に容器を渡すことができます。担任の先生に言いましょう。



がんかけんしん 眼科検診 18日(火) 全学年

目の病気やアレルギーがないかを調べます。
☆検査の前は目をこすらないようにしましょう。
☆目に前髪がかかりそうな人は前髪をピンなどでとめるか、耳にかかる人は耳にかけましょう。

ないかけんしん 内科検診

25日(火) 5組、1・4・6年

26日(水) 2・3・5年、前回欠席者

心臓や肺の様子、皮膚や骨の状態、栄養状態などを調べます。

☆前の日はお風呂に入り体を清潔にしましょう。

☆髪の長い人は、背骨の様子が見やすいようにまとめてきましょう。

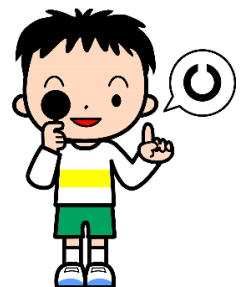


しりょくけんさ けっか 視力検査の結果について

学校での視力検査の結果は、次のようになっています。

A(1.0以上) B(0.9~0.7) C(0.6~0.3) D(0.3未満)

視力はその時の体調によっても見え方が違うことがあるので、含みを持たせた表記になっています。Aが見えなかった人には、受診のお勧めを出しています。昨年と一緒の結果だし、病院に行ってもどうせ様子を見るだけだし…と思う人もいるかもしれませんが、1年に1回の定期検診だと思って、病院の先生に診てもらっても安心ですね。



めいたんてい 名探偵のあなた！シルエットクイズ挑戦だ！

足りない清潔アイテムは何か？
シルエットから推理しよう。



これがあると汗をすって
くれて快適に過ごす
ことができますね。



つめがのびているとけがに
つながることもあるし、手
洗いが上手にできないので
これはとても大切だね。



いつもポケットに
入れておくもの。持っ
ていなくて困ったこと
ありませんか？

外から帰った後、トイレ
の後、食事の前…
1日を通して大活躍する
ものだね。



清潔アイテム

ハンカチとティッシュ

ハンカチは
毎日とりかえてね

手洗いせっけん

水洗いだけじゃダメ！

下着

汗をすう素材を選ぼう

つめきり

手のひら側から
見えたら切ろう

全部わかったかな？清潔でいることは、自分も周りの人も気持ちよくすごすために大切なことです。そして、病気の予防にもつながります！自分は清潔で過ごしているか、振り返ってみよう。

保護者様

～健康手帳について～

春の定期健康診断は、6月までの3か月間で実施されます。全てが終わりましたら、健康手帳に結果を転記した後、保護者のみなさまへお返しいたします。それまでは学校で保管させていただきますので、あらかじめご了承ください。



熱中症が出始める時期です！

朝夕は涼しいしまだ大丈夫…と思っていたら
急に日中暑くなる日もある5月は、暑さに
体が慣れていない分、意外に熱中症になり
やすい時期とされています。

学校でも子供たちの体調管理に十分留意して

まいります。ご家庭でも
天気予報をチェックして
いただき、脱ぎ着のしやすい
服装等、ご準備していただ
ければと思います。ご協力の
ほどよろしく願いいた
します。



受診のおすすめについて

学校で行う健康診断は、精密検査ではありません。気になる所見があった場合には、「受診のおすすめ」をお出しします。医療機関を受診することをおすすめします。受診後は、必要事項を保護者が記入し、学校へご提出ください。（視力検査と歯科検診の受診のおすすめは医療機関の方に記入してもらってください。）

※受診のおすすめは、学校での健診時の状態をお伝えする意味もありますので、定期的に病院にかかっている症状や病気についてもお出ししております。その際は、受診中の旨を備考欄や余白などに記入いただき、学校へ提出してください。その際、新たに分かったことや学校で配慮したほうがいいことがありましたら合わせてご記入ください。ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

