

ほけんだより 5月

令和5年5月15日発行
横浜市立根岸小学校
校長 杉山真理子
養護教諭 阿部 涼子

新学期が始まり1か月がたちました。子どもたちも新しい学級・学年・環境に慣れ始めてきた頃と思います。一方で、急に夏のように暑くなったり、雨が降り寒くなったりと天気が変わりやすいこの時期は、いつも以上に心と体のバランスが取りづらく、疲れやすくなります。規則正しい生活を心がけ、元気に夏を迎えられればと思います。

ストレスのサイン、見逃さないで



5月の保健目標

見つかった病気を早く治そう



計測や視力検査をしていると、自分の結果を知りたいという児童がたくさんいます。健康手帳を一度返却するのは6月以降となってしまいますが、健康診断を自分の体を知る機会にしていければと思います。

☆「受診のおすすめ」について

定期健康診断の結果、受診が必要な場合には「受診のおすすめ」をお渡しします。受診されましたら、学校まで「受診報告書」を速やかにご提出いただきますようお願いいたします。

眼科は従来通り医療機関にて記入、歯科は文書料がかかる場合は保護者が記入、それ以外は保護者の方が記入の上、ご提出ください。

ご不明点などありましたら、保健室までお問い合わせください。

5月・6月の健康診断

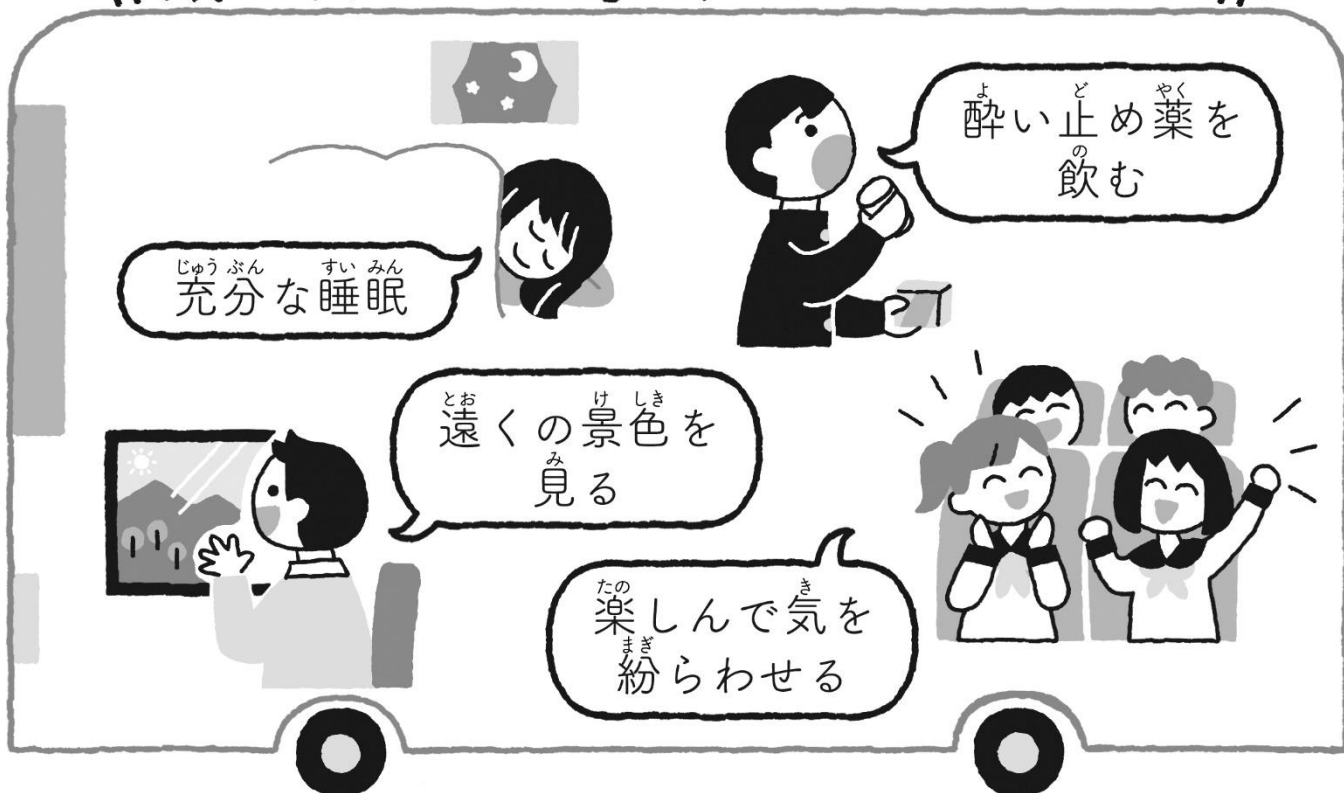
5月 15日(月)	視力検査(5・6・7組) ※尿検査容器配付	6月 1日(木)	耳鼻科検診 (1、4年、他学年希望者)
16日(火)	尿検査一次(全学年) 内科検診(6年)	6日(火)	内科検診(4年)
19日(金)	視力検査(2年)※変更後	13日(火)	内科検診(3年)
25日(木)	眼科検診(全学年)	15日(木)	歯科検診(1、3、4年)
30日(火)	尿検査二次 内科検診(5年)	20日(火)	内科検診(2年、5・6・7組)
		22日(木)	歯科検診 (2、5、6年、5・6・7組)
		27日(火)	内科検診(1年)

☆視力検査について

視力検査の結果は、A(1.0以上)、B(0.9~0.7)、C(0.6~0.3)D(0.3未満)で表記しています。1.0未満(B、C、D)の方には、眼科検診終了後受診のおすすめをお渡しします。視力検査後、受診のおすすめを受け取る前に眼科を受診された場合などは、改めて受診する必要はありません。受診報告書などでその旨保健室までお知らせください。

☆宿泊学習・夏のレジャーにむけて

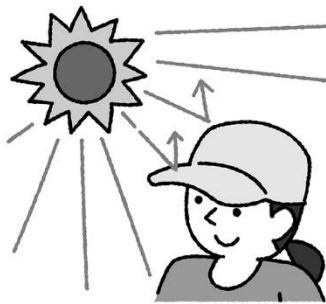
\\ 乗り物酔い：予防のポイントは？ \\



キャンプ・アウトドアを安心安全に楽しむために



虫刺され防止に長袖長ズボンで。虫除けスプレーも用意。



紫外線対策・熱中症対策に屋外では帽子をかぶる。



河川の急な増水に注意。流れの速い川には近づかない。