

# ほけんだより 5月

横浜市立相沢小学校  
令和3年5月21日  
ほけんしつ

新年度が始まって1カ月が過ぎました。からだや心の疲れが出る時期でもありますので、早めに寝て疲れをとるようにしましょう。

全体のお休みの人数は少ないのですが、気温差が大きいいためか、体調を崩しているお子さんもいますので、体温測定と朝の健康観察をお願いします。



## \* 「受診のおすすめ」 についてのお知らせ

4月～6月にかけて、学校では健康診断が行われています。健康診断の結果、再検査や治療などが必要な場合は、「受診のおすすめ」をお渡ししています。疾患によっては時間がたつとともに、より重い病状へ悪化する場合があります。なるべく早めに、専門医への受診をおすすめします。

また、治療が終わりましたら、受診報告書の提出をお願いします。低視力の報告書は医療機関での記入をお願いします。その他の報告書は「医療機関記入欄（保護者記入可）」とありますが、その欄につきましては、病院により文書料がかかる場合があります。（医師会に加入している病院では、文書料がかからないことになっています。）そのため、受診された病院で記入していただく場合は、お手数ですが、支払窓口で確認していただき、料金が発生する際は、保護者の方がご記入し、学校に提出してください。定期的な受診をしている方は定期受診後に提出していただければ結構です。

なお、就学援助の申請をされていて、学校病治療費援助制度を利用予定の方は、7月中旬以降に認定がされ、その後ご利用になれます。

## 視力検査は4つの指標で表します

A 1.0 以上	学校の生活をするのに十分な視力です	
B 0.7～ 0.9	黒板の文字を見るなど学校の生活には困りませんが、定期的なチェックが必要です	
C 0.6～ 0.3	教室の後方から黒板の文字が見えにくい視力です	
D 0.2 以下	教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です	

## <視力検査の結果について>

今年度の視力検査の結果ですが、A→CやDに低下しているお子さんが多くいました。原因として、コロナ禍で室内にいる時間が多い、スマートフォンやタブレットなどを使う時間が長くなったことも考えられます。

視力の「受診のお知らせ」は裸眼視力がB以下、矯正視力がC以下の児童に「受診のおすすめ」を渡しました。視力低下の原因は、近視だけではありません。眼科で詳しい検査を受けましょう。

# 手を洗ったあとは…?

清潔に過ごすために、手洗いは欠かせません。おやおや、でもみんなには、手を洗ったあとに使う〇〇〇〇がないみたい…!?

ぬれた手で  
髪型を整えるよ。  
手も乾くし  
一石二鳥なの

手を洗ったあとは、いつも  
服でふいてるよ!

昨日使ったけど、  
今日も同じもので  
大丈夫だよね!



みんなに足りないモノ…それは「ハンカチ」。服や髪、洗濯していないハンカチには雑菌がいて、せっかく洗った手が台無しです。手洗いと同じくらい、ハンカチも大切! 覚えておいてくださいね。



ハンカチを忘れるお子さんがまだまだ多いです。予備のハンカチ・マスクをランドセルに入れておきましょう。

## ☆手洗い・マスクについて☆

新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。子どもたちは手洗いをがんばっていますが、石けんの減りが少なくなっていることから、気のゆるみが出ていているかもしれません。こまめな手洗いの声かけを続けていきます。また、歯科検診でマスクを外しているときに気になったことは、マスクの外側を触って外すことです。マスクの外側にはウイルスが付いているかもしれません。外側には触れず、外すときはゴムの部分を持って外すようにしましょう。マスクの外側に触れた時は手を洗うようにしましょう。

外すときは、ゴムの  
ところをもとう!

