

今月の保健目標：『自分のからだの発育や健康状態を知ろう・健康な生活習慣を身につけよう』

# えがお 5月号



令和年5月8日

北山小学校 ほけんだより No.3

おうちの人といっしょに読んでください

新学期が始まって、1か月がたちました。新しい環境には慣れましたか？今年の4月は去年の4月よりもお休みする子の数が減っています！みなさん新しい学年で頑張っていますね。緊張がとけはじめると、体調をくずしやすくなります。ゴールデンウィーク明けはどうしても頑張りすぎて疲れてしまうこともありますが、すこしずつ学校生活に慣れていきましょう♪ ゆうき先生より



## こんげつ ほけんぎょうじ 今月の保健行事



| 日にち     | 項目                   | 対象  | 注意すること   |
|---------|----------------------|---|--|
| 5/13(火) | しんでんずけんさ<br>心電図検査    | ねん<br>1・4年                                | ◎体をきれいに洗ってきましょう。<br>◎検査のまえは静かに遊びましょう。          |
| 5/13(火) | にょうけんさ 2じ<br>尿検査(2次) | ゆうしょけんしゃ<br>有所見者<br>1じ みていしゅつしゃ<br>1次未提出者 | ◎朝1番のおしっこをとりましょう。<br>◎前の夜、排尿してからねましょう。         |
| 5/16(金) | ないかけんしん<br>内科検診      | ぜんがくねん<br>全学年                             | ◎体をきれいに洗ってきましょう。                               |
| 5/22(木) | しかけんしん<br>歯科検診       | ぜんがくねん<br>全学年                             | ◎朝にしっかり歯みがきをしてきましょう。<br>◎できれば朝にうがい薬でうがいをしましょう。 |
| 6/3(火)  | じびかけんしん<br>耳鼻科検診     | 1~3年全員<br>4~6年<br>ちゅうしゅつじどう<br>抽出児童       | ◎耳と鼻とのどの検査をします。<br>◎おうちの人に耳のそうじをしてもらいましょう。     |

## ほけんしつってどんなところ？



けがをしたとき、簡単な手当をします。

からだの調子が悪いとき、ベッドやソファで休むことができます。

心やからだについて知りたいことがあるとき、勉強することができます。

悩みごとがあつたり落ち込んだりしたとき、話を聞いたり、相談に乗ったりします。

## ○内科検診について

内科検診では必要に応じて、学校医の医師が体育服をめくる、または下から聴診器をいれての診察を行います。ついたてを用い、プライバシーに配慮して行います。正確な検査と診察のためご理解をご協力とお願い致します。



## ☆健康診断結果のお知らせについて

さまざまな測定・検診を行う中で、「健康診断結果のお知らせおよび受診報告書」の用紙をもらったお子さんも多いと思います。そこで、「健康診断結果のお知らせ」をお渡しする基準について、説明します。「歯科のみ異常なし」の児童にも結果を配布します。

### ・内科・歯科・眼科・耳鼻科

学校医の医師による検診の結果、治療および経過観察が必要と判断された場合。



### ・視力

左右どちらかの目でも1.0が見えなかった場合。

### ・聴力

左右どちらかの耳でも、高音か低音の一方が聞き取れなかった場合。

## ※「健康診断結果のお知らせおよび受診報告書」をもらった方

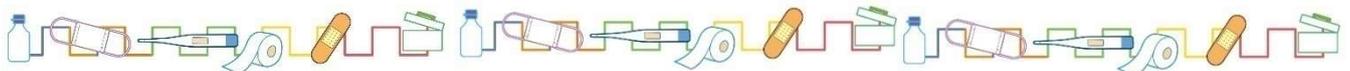
結果を学校へお知らせください。また、医療機関と違い、学校では検査に最適な環境は作れないため、専門機関で受診すると「異常なし」ということもありますので、ご了承ください。

## ※検診日に欠席されたお子さん

依頼書を配布しますので、受診後学校まで結果をご提出ください。

年度初めでお忙しいと思いますが、健康診断と受診のご協力をお願いいたします。

学校保健安全法では6/30までに定期健康診断を終わらせること。事後措置(受診勧告)を定期健康診断後21日以内に行うことが定められています。



## うんどうかい

### れんしゅう

## 運動会の練習がはじまります！



はや  
早めにねる



あさ  
きちんと朝ごはん



ぼうし  
ごま  
なか  
かきこ  
帽子のゴムの長さを確認



おお  
まいぶん  
タメの水筒



はきなれたくつをはく



みじか  
き  
つめは短くセカる



じゅんび  
たい  
準備1本そう



あせ  
たおる  
シフスキタオル