

快適に過ごすために…

5月はさわやかに過ごせる日もあれば、急に暑さを感じる日もあります。そんなときは、その日の気温に応じて、長そで（または半そで）に、カーディガンやジャンパーなどのはおりをプラスして、快適に過ごせるようにしましょう！また、汗をしっかりふけるように、ハンカチやタオルを持参しましょう♪

～5月の健康診断の予定～



月	火	水	木	金
2次検査の対象になった人、4月22日に尿検査キットを提出できなかった人はこの日に提出しましょう。容器の配布は4月30日です。				
			1 尿検査二次 ・尿検査二次 ・視力検査 (5年生)	2 眼科健診 (1、3、6年生)
5	6	7 視力検査 (2年生)	8 耳鼻科健診 (1、2年生)	9 眼科健診 (2、4、5年生)
12	13 耳鼻科健診 (5年生)	14	15	16
19 尿検査三次 ・内科検診 (6年生)	20 内科健診 (5年生)	21	22 心臓健診 (1年生、対象者)	23 移動教室前健診 (6年生)
26	27 内科健診 (4年生)	28 内科健診 (3年生)	移動教室に向けて体調の確認をします。 健康観察表を忘れずに持参しましょう。	

うめ、のびていませんか？

爪が長いと衣服に引っかかりたり、急に欠けたり割れたりして思わぬけがに繋がるおそれがあります。また、爪先には汚れが溜まりやすいので、衛生面でも心配です。これから水泳が始まりますので、自分の爪をチェックしておきましょう♪

爪に関する話をする…昔は、夜に爪を切るのは縁起が悪いこととされていました。考えられている由来の一つとして、明るい電灯がなかった時代は、今のような爪切りがなく、小刀などで爪を切っていたそうです。「暗い夜に爪を切ると、手元が狂ってけがをしてしまうから危ない」という考えから、縁起が悪いこととして伝えられてきたのかもしれませんが。爪を切るときは明るさや安全に気をつけましょう。



つめの切り方 正解はどっち？

- ① 白い部分が残らないようにして、角は四角く切る
- ② 白い部分が少し残るようにして、角はやや丸く切る

…正解は②。
切るときに意識してほしいのは、つめの白い部分と角です。

つめの白い部分
白い部分を残さずに切ると、指先をケガしやすくなったり、バイ菌が入りやすくなってしまいます。つめの長さは、真横から見たときに指先とつめの長さが同じになるのがベストです。

つめの角
四角く切ると、とがった角が皮膚に食い込んで血が出たり、傷口からバイ菌が入ったりする危険が。また、自分や友だちの肌を傷つけてしまうこともあります。角は少し丸く切りましょう。

保護者の方へ



○「治療のおすすめ」について

検査や健診の終了後、必要な児童には随時「治療のおすすめ」を配布しています。今年度は6月2日から水泳学習が始まる予定です。校医の先生より、耳鼻科の「耳垢」「中耳炎」「鼻炎」や内科の「湿疹」などは早めに受診を済ませ、水泳の可否を確認するようにご指導頂いております。「治療のおすすめ」が配布されましたら、できるだけ早めに医療機関を受診していただき、学校に受診報告書をご提出頂ますようご協力をお願いいたします。

○「耳垢」について

耳鼻科健診のあと、「耳垢」で治療のおすすめが届いた際には必ず耳鼻科を受診してください。これは、耳垢が溜まっているために、鼓膜の異常の有無が健診で確認できなかったためお知らせを配布しています。耳垢の除去のみが目的ではありませんので、ご家庭で耳掃除をして終わりにせず、受診をするようお願いいたします。