

(家庭数配布)

保健だより 5月1号

平成26年4月30日(水)

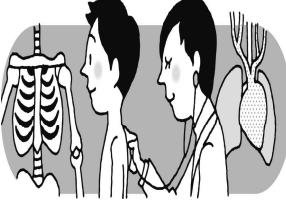
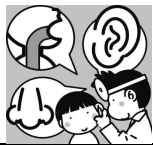
練馬区立中村小学校

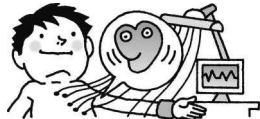
つか

疲れがたまってくるころです

新しい年度が始まって、もうすぐ1カ月です。みなさん、からだの調子はどうですか。最近、かぜをひいて学校をお休みしたり、具合が悪くなって保健室に来室したりする人が少しずつ増えています。新しい学年になって、頑張った疲れがたまってくるころです。ゴールデンウィーク中、早めに寝ることを心がけて、からだを休ませてあげましょう。

健康診断日程

けんさ 検査	けんさびけんさ 検査日と検査の内容	うけるとき 受ける時の注意
ないかけんしん 内科検診 (全学年) ※4・6年は4月に 実施済み 	5年:5月 9日(金) 3年:5月13日(火) 2年:5月20日(火) 1年:5月23日(金) ・心臓や肺、皮ふ、背骨などに異常がないか調べます。	・体育着をわすれないようにする。 ・背骨の検査をするので、上半身ははだかになる。 ・心臓や呼吸の音を聴くので静かにする。
じびかけんしん 耳鼻科検診 (全学年) ※2・3・4年生は 5月に実施済み	1・5・6年:5月8日(木) ・中耳炎など耳に病気がないか調べます。	・耳あかをきれいにそうじしてくる。ただし、やりすぎない。 
1年生の しりよくけんさ 視力検査 ちようりよくけんさ 聴力検査 ※その他の学年は 4月に実施済み	視力検査:5月1日(木) 聴力検査:5月9日(金) 	・めがねを持っている人は忘れない。 ・待っている間は静かにする。

けん さ 検 査	けん さ び けん さ ない よう 検 査 日 と 検 査 の 内 容	う け る と き ちゆう い 受 け る 時 の 注 意
しん そうびょうけん しん 心 臓 病 検 診 (1 年 生 と き こく じ どう 帰 国 児 童)	5 月 2 日 (金) ・「心 電 図」という 検 査 を し ます。心 臓 の 働 き に 異 じょう じょう 常 が ない か 調 べ ます。	・ 体 育 着 を わ す れ ない よ う に す る。 ・ 力 を 抜 い て 静 か に す る。 

保護者の皆様

脊柱側弯症って？

▶ どんな病気？
背骨がねじれて、横に曲がった状態になる病気で、多くの場合、原因は不明です。

▶ どうやって見つけるの？
背中や肩、腰の状態を見たり、特殊なカメラで背中を撮影するモアレ検査を行ったりします。これらの検査の結果、側弯症の疑いがあるときは、さらに詳しい検査を受けることになります。

▶ 治療法は？
早く治療を始めれば、進行を防ぐことができます。治療法は、症状の進み方によって異なります。

保健室でできること

● 一時的な休養
体温を測ったり、ベッドで休養することはできますが、薬を飲ませることはできません。
体温が37.5℃以上のときや下痢・おう吐がみられるとき、休養しても回復しないときは、お迎えをお願いします。

● けがの応急手当て
軽い傷の応急手当てをします。けがの程度が重いときは、ご家庭に連絡し、医療機関受診をお願いします。
保健室で手当てを行なった場合も、傷の状態を必ずご確認ください。必要に応じて医療機関に受診してください。

※練馬区では5・6年生を対象に脊柱側弯症検査を実施しています。
一次検査は内科検診の中で行われます。

☆チャドクガに注意☆

先日 of 内科検診で、チャドクガによるものと思われる、発疹のあるお子さんがいました。チャドクガの幼虫は4月下旬からふ化し、チャやサザンカ、ツバキなどの樹木に群生します。この幼虫に触れると、しばらくして発疹が現れ、痛みとかゆみが続きます。近所の公園や垣根にご注意いただければと思います。

