

# ほけんだより5月

平成31年4月26日  
練馬区立中村小学校  
保健室 児童用  
【家庭数配布】

がつ きそくただ せいかつ おく  
5月のめあて☆規則正しい生活を送ろう

あたら ねんど はじ ま げつ す  
新しい年度が始まって、あっという間に1ヶ月が過ぎようとしています。みなさん、  
からだ ちょうし どうですか。この季節は、新しい環境で頑張っている疲れがたまっ  
てくる頃です。あした れんきゅう はじ たの 楽しいことがたくさんあると思  
いますが、きそくただ せいかつ こころ からだ やす  
規則正しい生活を心がけて、しっかりと体を休ませてあげましょう。

## ～5月の健康診断の予定～

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	ちゅうい 注意すること
がん かけんしん 眼科健診 ぜんいん (全員)	★検査日：2・4・6年生→7日(木) 1・3・5年生→10日(金) ・目に病気がないか、調べます。	・前髪が目にかからないようにする。 
ない かけんしん 内科健診 ぜんいん (全員)	★検査日：2年(24日) 3年(21日) 4年(20日) 5年(14日) ※1年生と6年生は6月に行います。 ・心臓や肺、皮膚、背骨などに異常がないか調べます。	・検査の順番を待っている間、静かにする。 
しんぞうびょうけんしん 心臓病健診 (1年・対象者)	★検査日：9日(木) ・心臓に異常がないか調べます。	・体育着を忘れない。 ・力を抜いて静かに動かない。 

## 脊柱側弯症って？

### ▶どんな病気？

せ ぼね よこ ま  
背骨がねじれて、横に曲がった  
じょうたい びょうき おお ば あい  
状態になる病気で、多くの場合、  
げん いん み めい  
原因は不明です。

### ▶どうやって見つけるの？

せ なか かた こし じょうたい み  
背中や肩、腰の状態を見たり、  
とく しゅ せ なか さつ えい  
特殊なカメラで背中を撮影するモ  
けん さ おこ  
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、さらにくわしい  
けん さ う  
検査を受けることになります。

### ▶治療法は？

はや ちりょう はじ しん こう ふせ  
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  
じょう すず かた こと  
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

いち じ てき きゅうよう  
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。

たい おん いじょう げり  
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

かる きず おうきゅう て あ  
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、  
いりょう き かん じゅ しん ねが  
医療機関受診をお願いします。

ほ けん しつ て あ おこ ば あい  
保健室で手当てを行なった場合も、  
きず じょうたい かなら かく じん ひつ ぶよう  
傷の状態を必ずご確認いただき、必要  
に 応じて 医療機関に受診してください。

平成31年4月26日

練馬区立中村小学校

保健室 保護者用

【家庭数配布】

# ほけんだより5月

新年度が始まって1ヶ月。お子さまの様子はいかがでしょうか。新しい環境で疲れが出てくる頃です。明日から、例年より長いお休みがはじまります。お出かけなどの予定をたてていらっしゃるご家庭も多いのではないのでしょうか。お子さまに疲れが残らないよう、余裕のある計画を立て、有意義なお休みをお過ごしください。

また、健康診断にご協力いただき、ありがとうございます。さっそく保健室に受診報告書が届けられています。下記に「治療のおすすめ」についてご注意いただきたいことを載せました。ご確認、よろしく願いいたします。

## ★「治療のおすすめ」について★

検査・検診の終了後、必要な児童には随時「治療のおすすめ」を配布しています。6月17日より水泳の学習が始まりますが、校医の先生より、耳鼻科の「耳垢」「中耳炎」「鼻炎」、内科の「湿疹」などは、水泳学習が始まる前までに受診をすませ、水泳の可否を確認するよう、ご指導をいただいています。水泳の可否が確認できない場合、水泳の学習に参加することができません。

「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いただきますよう、ご協力をよろしく願いいたします。

## ★災害共済給付金の振り込み手数料の改定について

学校管理下で発生したけがでお子様が受診をされた場合、申請をするとスポーツ振興センターより災害共済給付金を受けることができます。

給付金は保護者様が登録されているゆうちょ銀行の口座（給食費・教材費が引き落とされる口座）へ振り込む形をとっています。その際にかかる振り込み手数料が、これまでの30円から、今年度より65円に改定されました。保護者様の口座には給付金額から65円がひかれた金額が振り込まれることとなります。

以上、ご了承いただきますようお願いいたします。また、ご不明な点がございましたら養護教諭までお問い合わせください。