

ほけんだより

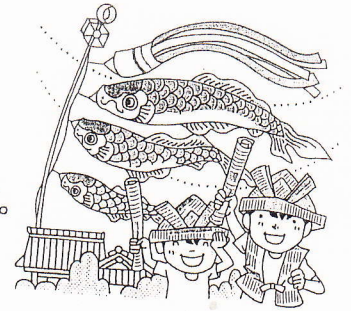
5月号

一年の中でも、気持ちよく過ごしやすい季節になりました。

連休の間に体調をくずさないように気をつけてください。

疲れた日は、早めに寝ることも大事です。

連休明けは、みなさんが元気に学校に来てくれることを願っています。



保健室はこんなところですよ

みなさんのからだや心の健康について一緒に考えたり、お手伝いをしたりするところです。

今年度は二人の先生が対応しています。

ケガや病気の時はもちろん、何か「困ったな」とか「相談したいな」という時はぜひ利用してください。でも、保健室は遊び場所ではありません。友だちとわいわいさわいでいると、本当に困っている人が入りずらくなってしまいます。



仲町小 保健室の約束

- ① 保健室に行く時は、担任の先生に言ってから行きます。
(休み時間にケガをした時などは、後で担任の先生に報告してください。)
- ② 具合の悪い人が休んでいることがあります。保健室では静かにします。
- ③ 「いつから」「どこが」「どんな具合なのか」を自分で話します。
- ④ ケガや病気で保健室を利用した時は、お家に帰ってから必ず話しましょう。
- ⑤ 保健室で保冷剤や湯たんぽなどを借りた時は、その日のうちに返します。



【5月の健康診断予定表】

※の健診を欠席の場合は、各校医の医院におうちの方と一緒にいってうけてもらうことになります。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
聴力検査	5/15(月)					
視力検査	5/10(水)	5/9(火)	5/8(月)			
※眼科健診	5/11(木)					
※耳鼻科健診	5/17(水)					
※移動教室事前健診	ないけんしん、けっせき、ひと 内科健診を欠席した人もみてもらいます。					5/19(金)

『移動教室用健康カード』を持ってきてください。

17日から体温・食事・便通・睡眠の記録をつけます。平熱も記入してください。

4月の保健室



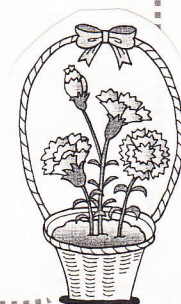
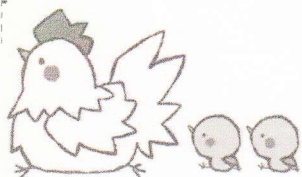
今年度は、桜の花にも歓迎された始業式・入学式で始めました。新しい学年・教室・友達・先生等々、新しくなった環境でがんばろうという気持ちかどの子からもあふれています。

今年は、3クラスの6年生が5クラスの1年生のお世話をしなくてはなりません。例年以上に6年生ががんばっている姿があちらこちらで見られます。教室に行くのをいやがっている1年生を、「教室で遊ぼうよ。」と言って抱きかかえて連れて行く6年生。けがをした1年生の手をつないで、「大丈夫だよ。」と言って保健室まで連れてきてくれる6年生。6年生になって急に頼もしくなった子が増えました。

また、「学校探検」として、2年生が1年生に校内を案内しました。「ここは保健室。けがをした時に行くんだよ。」と言っている2年生。お兄さん、お姉さんになってがんばっている姿がとてもほほえましく感じます。

4月に出席停止の病気で欠席した人は、インフルエンザ2人、水痘(水ぼうそう)1人、溶連菌感染症3人、マイコプラズマ感染症2人、感染性胃腸炎2人でした。はやった病気はなく、昨年よりも欠席者は少ない4月でした。

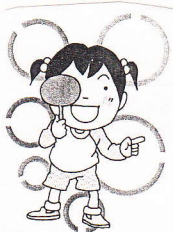
連休後にお子さんが元気に登校できるよう、ご家庭での健康管理をよろしくお願いいたします。



視力検査について

4年生から6年生は、4月に検査をしました。

見え方が『B・C・D』という判定だった人にはみどり色のお知らせを渡します。



A … 問題ありません。お知らせは渡しません。

B … 今のところ学校生活で困ることはありませんが、定期的に視力のチェックをするとよいでしょう。ゲームやパソコンのやりすぎや、薄暗い部屋や布団の中で本を読んだりすることのないように、気をつけましょう。

C,D … 教室の座席によっては、学習に不自由を感じます。視力低下の原因は何か、めがねを使う必要はあるかどうか、眼科で検査をしましょう。

保護者の方へ

学校で行う視力検査の判定は、A(1.0以上)B(0.9~0.7)C(0.6~0.3)D(0.3未満)の4段階です。A以外の人にはお知らせを渡します。低学年の子では検査の要領がわからなくてうまく答えられなかったり、子どもは緊張すると視力が大きく変わったりすることもあるので、病院で異常はないと診断される場合があります。

しかし、何が原因で1.0が見えないのか学校で判断することはできません。視力低下があった場合、原因が近視なのか、それとも乱視や目の病気なのかをきちんと見極めることが大切だそうです。結果がCやDの場合は、なるべく早く眼科で検査を受けていただくことをおすすめします。