

ほけんだより

平成30年5月14日
練馬区立八坂小学校
ほ け ん し つ



新緑の若葉が目にもまぶしい季節です。どんどん緑を深めていく校庭の木々に若々しいパワーを感じます。新しい環境の中で頑張っている皆さんと、同じパワーですね。

でも、季節外れの寒さだったり、急に暑くなったりと、体調管理が難しい時期でもあります。寝不足だったり、疲れがたまっていたり、適切な衣服の調節ができていなかったりすると、体調をくずしやすくなるので、生活リズムにも注意して過ごしていきましょう。

新学期がはじまって1ヶ月、ずっと緊張していた心や体がだんだんとほどけてくる頃です。新しい環境に慣れようとして、自分でも気づかないうちに疲れがたまっていることもあります。お風呂にゆっくりはいる、好きな音楽を聞く、のんびりできる時間をつくる…など、心も体もスッキリさせて、学校生活を楽しく元気に過ごせるといいですね。

お知らせ

4月の終わり頃から5月にかけて、「溶連菌感染症」が数名出ています。「溶連菌感染症（溶血性連鎖球菌感染症）」とは…

溶連菌の感染による病気。つばが飛んだりしてうつる飛沫感染です。

＜症状＞突然の発熱、のどの痛み、咽頭炎、扁桃炎をおこします。熱は微熱のこともあります。発疹は細かく、体や顔、足先、手先などに出て、かゆみを伴うこともあります。舌の表面がブツブツと赤くなる（イチゴ舌）、首のリンパ節が腫れることもあります。

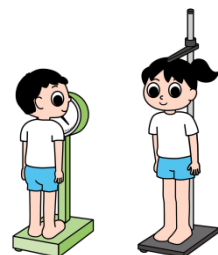
＜治療＞抗菌薬を10～14日間程度服用します。24時間以内に効果が現れますが、薬は最後まで飲みきることが大切です。

★「溶連菌感染症」は「出席停止」となります。「登校届」が必要です。



4月 発育測定結果

	1 年		2 年		3 年	
	男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子
身長 (cm)	115.5	115.3	121.2	120.8	127.6	127.7
体重 (kg)	20.9	21.4	23.8	23.8	26.7	26.7
	4 年		5 年		6 年	
	男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子
身長 (cm)	132.6	131.2	136.8	139.3	143.8	146.0
体重 (kg)	28.8	28.3	33.1	33.5	38.5	38.9



健康診断の結果は、7月頃にお知らせします。

各検査、検診の結果から治療のお知らせをもらった人は、早めに専門医を受診するようお願いします。特に、眼科、耳鼻科の治療は、6月の水泳指導開始前までに終わるようお願いいたします。

【眼科検診治療勧告の見方】

「アレルギー性結膜炎 B」……現在では軽度の症状のため様子を見るが、症状が悪化した場合
は受診が必要

「アレルギー性結膜炎 A」……眼のかゆみや充血など、アレルギーによると思われる症状が強く見られるので、専門医による治療が必要

【耳鼻科検診治療勧告の見方】

「アレルギー性鼻炎 B」……現在では軽度の症状のため様子を見るが、鼻づまりなどが強くなった場合は、受診が必要

「アレルギー性鼻炎 A」……鼻呼吸の障害となるような粘膜のむくみがみられる状態。専門医による治療が必要

※「耳あか」でお知らせをもらった人も、耳鼻科で除去してもらってください。鼓膜が見えないほどたまっている状態なので、家庭で無理に除去するとキズになる場合もあります。鼓膜の異常がないかも確認してください。

おうちの方へ

各検診、検査もほとんど終了しました。検診当日、学校を欠席して受けられなかった人には「未受診のお知らせ」をお渡ししています。定期健診として無料で受けられるのは6月30日までとなっています。6月に入ると水泳指導も始まりますので、早めに受診するようにお願いいたします。（眼科、耳鼻科は水泳指導開始前までに受診してください。）

各検診ともに、原則学校医での受診となっております。

ただ、校医が遠方の場合もありますので、その場合は他の校医を紹介いたします。保健室までお問い合わせください。



★尿検査二次があります★

日時：5月22日（火）

対象：一次検査の結果、二次検査に該当した人 ◎事前に容器を配布します。

★心臓検診があります★

日時：5月25日（金）

◎体操着で検査を行います。忘れないようにしましょう。

対象：1年生全員

学校の健康診断でわかること・わからないこと

わかる

- どのくらい体が大きくなったか
- 異常や病気の可能性の有無

わからない

- 本当に異常や病気があるかどうか
- 病気の名前（診断）

受診のおすすめをもらった人は、絶対に病気、というわけではありません。でも、病気かもしれません。学校で行うのはスクリーニング。本当のことは、病院で検査して初めてわかります。

受診して、「はっきり」「スッキリ」させましょう。

