

ほけんだよい

平成30年5月14日
練馬区立八坂小学校
ほけんしつ

5月

新緑の若葉が目にまぶしい季節です。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。

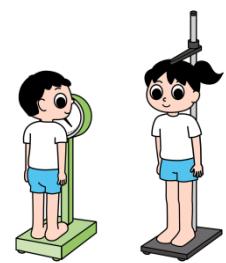
＜治療＞抗菌薬を10～14日間程度服用します。24時間以内に効果が現れます。薬は最後まで飲みきることが大切です。

★「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つた場合は、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

がっこう けんこうしんだん 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。

