

校長 遠藤 正樹
主任養護教諭 高氏 圭子

さあ、新しいスタートです

心地よい緊張感の中、令和7年度が始まりました。気持ちも新たに新学年をスタートした人が多いことと思います。いろいろなことに挑戦し、可能性を広げる1年になってほしいと願っています。

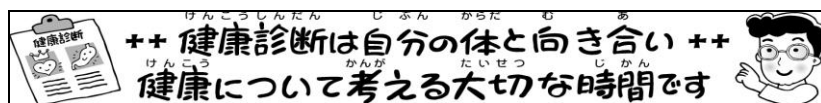
健康診断が始まります



健康診断は病気の早期発見のために必要で、充実した学校生活を送るうえでとても大切なことです。健康診断の機会に、自分のからだや健康について学んでください。提出物や服装や持ち物等に注意して、正しく受けられるよう協力してください。

内科健診は体育着を着用したまま実施するため、1・3年生は脊柱について事前に保護者の方に確認をしていただくことになりました。問診票の結果や校医さんが必要と判断した場合は体育着を上げて健診を行なう場合があります。

4月の定期健康診断予定



月	日	曜	項目	対象学年クラス	備考
4	9	水	身体測定(身長・体重) 視力・聴力(1・3年)	3年生	計測予定の日は体育着登校 メガネのある人は忘れずに持参するようにしてください!
	10	木		2年生	
	11	金		1年生	
	23	水	内科健診	3年生	3年生は体育着登校
	25	金	腎臓健診Ⅰ次	全学年	尿検査
			心臓検診	1年生・抽出者	1年生は体育着登校
	30	水	内科検診	2年生	2年生は体育着登校

健康診断について不安なことやわからないことがあれば保健室までお願いします

学校医の先生方 お世話になる校医の先生方です。

内科				
眼科				
耳鼻科				
歯科				
薬剤師				

※今年度より歯科校医の先生が代わります。同じ歯科医院の先生なので病院は変わりません。

視力検査の結果について

結果は ABCD でお知らせします。

- A** 1,0 以上 問題ありません。(お知らせ【緑の紙】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良いでしょう。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、なるべく早く眼科を受診しましょう。

《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。

裸眼が **B** 以下の場合は視力検査結果のお知らせを渡します。緊張すると視力が変わったりすることもあるため、お知らせを渡した場合も、病院で異常が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。

また、成長期には近視の度がどんどん進みます。めがねをかけている場合は、成長が止まるまでは半年～二年に一回はめがねを作り替える必要があるそうです。矯正が適切でないと感じられる場合は、かかりつ

けの眼科で検査をしてもらってください。

学校からお知らせを出すと、直接めがね屋さんに行く方もいるようですが、めがねが必要かどうかは、きちんと医師に診断してもらう必要があります。特に最初のめがねは医師に処方してもらうことが大切です。度が合っていても、フレームが適切ではないと、きちんと矯正されない場合もあります。

学校では矯正視力が **C** 以下の場合にはお知らせを出していますが、最初からゆめの度でめがねを作っていたり、両眼でどのくらい見えるかということで矯正したりしている場合もありますので、「お知らせが来たから病院に行かなくてはならない。」ということではなく、「めがねやコンタクトを作ってからどのくらいたっているか」「きちんと見えているか」等、お子さんの様子を見て、必要に応じて受診していただくようお願いいたします。

めがねについての誤解と正しい考え方

成長に伴い、近視が進む時期にめがねをかけた場合、あたかも「めがねをかけたから、度が進んだ」ように思われがちですが、めがねをかけたから視力低下が進むということはありません。

近視はからだの成長に合わせて進行し、20～25歳頃までその傾向が続きます。一方遠視は正視傾向に向かいます。

近視の人は専門医の指示通りに、必要に応じてめがねを替えていくことが大切です。一度めがねを作ったらからそれで安心ということではなく、見えにくさを感じた時や、年に一度はめがねの度があるかどうかのチェックを眼科でしてもらうようにしてください。

またコンタクトレンズを使用している人の中にはネットで購入している人もいますが、コンタクトレンズは取り扱い方法を誤ると角膜潰瘍などの重い眼障害につながる場合があります。眼科医の指示に従って使用し、定期的に検診を受けるようにしましょう。

※お知らせが届く前にすでに受診された場合は保護者の方がその旨を記入して学校に提出してください。