

ほけんだより5月

令和元年5月13日
桐生市立川内小学校
保健室

新学期がスタートして1ヶ月がたちました。新しい友だちができたり、担任の先生が変わったり、新しい教科が増えたり・・・新しいものに慣れようとがんばりましたね。10連休でしっかり休養がとれたことと思います。でも、のんびりしすぎてリズムがくずれた人は、早めにたてなおしましょう。

けんこうしんだんよてい これからの健康診断予定



<p>心臓検診</p> <p>心臓の病気や異常はないかな？</p>	<p>1学年</p>	<p>20日(月)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 体育着の半そで短パンを用意する。 • 事前に『心臓検診調査票 および問診票』の記入をお願いします。 * 欠席しないようにしましょう。
<p>内科検診</p> <p>からだに病気や異常はないかな？</p>	<p>1・4学年 2・5学年 3・6学年</p>	<p>5月23日(木) 30日(木) 6月6日(木)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 体育着の半そでを持ってくる。 • 下がつながっている服はさける。 • 前日にお風呂に入り体をきれいにしておく。 • 結核検診問診票の記入をお願いします。 • 運動器検診も実施します。
<p>耳鼻科検診</p> <p>耳・鼻・のどの病気や異常はないかな？</p>	<p>4学年 前年度 既往者</p>	<p>6月13日(木)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 耳をきれいにしておく。 • 耳を出した髪型にしておく。 • 検診前に鼻をかんでおく。 * 4年生以外の対象者にはお知らせを渡します。

尿検査2回目 5月14日(火) 1回目に陽性(+)だった人に、お知らせと容器等を渡します。忘れずに提出してください。





★お知らせ★ 県教委の判定基準変更により、疑陽性(±)は再検査不要となりました。

けんこうしんだん けっか 健康診断の結果について

歯科検診については、全員に結果用紙を配布しました。その他の検診については、受診をおすすめしたい場合にお渡ししますので、用紙が配布されなかった場合は、「異常なし」となります。受診のおすすめの用紙が配布された場合には、早めに受診してください。よろしくお祈りします。



視力検査は4つの指標で表します

<p>A 1.0 以上</p>	<p>学校の生活をするのに十分な視力です</p>	
<p>B 0.7~ 0.9</p>	<p>黒板の文字を見るなど学校の生活には困りませんが、定期的なチェックが必要です</p>	
<p>C 0.6~ 0.3</p>	<p>教室の後方から黒板の文字が見えにくい視力です</p>	
<p>D 0.2 以下</p>	<p>教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です</p>	

学校では視力B以下の人に受診のお勧めを渡しました。黒板が見えないと、学力に影響するだけでなく、頭痛の原因にもなります。

めがねの視力がB以下の人も定期検診を受けてください。

受診をすすめた人数

1年	15人
2年	20人
3年	10人
4年	19人
5年	16人
6年	28人

スマホ・ゲームに注意！！

スマホや携帯型ゲーム機などを近い距離で長い時間見ていると、調節機能が近くを見る状態に固定されて、遠くが見えにくくなることがあります。目の健康のためにも、スマホやゲームは時間を決めて。長時間の使用はやめましょう。



すくすくウィーク実施中！



～おうちの方へ～

今年度より、すくすくウィークが月1回の実施となりました。早ね・早起き・しっかり朝ごはん・歯みがき・テレビやゲームの時間が項目に入っています。お子さんがよい生活習慣を身につける機会となればと考えています。意識して取り組めるよう、おうちの方のご協力をお願いいたします。

また、これからの季節、熱中症予防のためにも朝ごはんは大切です。主食（ごはんやパン）・主菜（おかず）・汁物や飲み物のそろった朝ごはんの用意をお願いいたします。