

# ほけんだより 5月



2018年5月 松原市立恵我南小学校 保健室

新学年になって、1ヶ月が経とうとしています。

新しいクラスには慣れましたか？がんばりすぎて疲れてしまった人は、連休を利用してゆっくり休んでください。

5月は気温がぐっと上がり、夏のように暑い日もあります。早ね・早起き・朝ごはんの生活リズムを心がけて、毎日元気に登校しましょう。

## 5月の保健行事予定

8日(火)	尿検査1次の1日目(全学年) 耳鼻科健診(1, 2, 5年生)
9日(水)	尿検査1次の2日目
11日(金)	耳鼻科健診(3, 4, 6年生)
15日(火)	内科健診(全学年)
22日(火)	尿検査2次の1日目(全学年) 眼科健診(全学年)
23日(水)	尿検査2次の2日目
30日(水)	心臓健診2次(該当者)

### おうちの方へ

学校の健康診断は、校医の先生に病気の疑いを見つけてもらうためのものです。受診が必要とされたお子さまに結果をお渡ししますが、受診・検査をして何も異常がないと分かることもあります。お子さまが困っていることはないかについても話し合い、受診・治療の参考にしてください。



## 校医の先生の紹介

今年度、お世話になる学校医の先生です。

内科 黒岡 一仁 先生  
まつもと しんいちろう せんせい  
松本 紳一郎 先生

歯科 高田 優 先生

耳鼻科 山口 浩子 先生



眼科 高橋 健一郎 先生

薬剤師 上野 裕美子

先生

## 視力検査の結果を通知します

4月、全学年の視力検査を行いました。B以下の人には、眼科受診をお勧めする用紙を渡します。用紙をもらった人は、視力について、お家の人と相談してみてください。

※ 視力は、その日の体調などによって変わることがあります。眼科を受診しても、異常がないこともあります。

## 視力検査は4つの指標で表します

A 1.0 以上	学校の生活をするのに十分な視力です	
B 0.7~ 0.9	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よ	
C 0.6~ 0.3	教室の後方から黒板の文字が見えにくい視力です	
D 0.2 以下	教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です	

## こんなときは注意信号



CやDだった人は、眼科を受診してください。メガネやコンタクトレンズが必要になるかもしれません

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆健康診断のいろいろ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

健康診断は、自分の成長や健康の様子を知ることがかかります。また、くわしい検査や治療を受けるきっかけにもなります。より健康に過ごせるよう、この機会に自分の体のことをしっかり考えてみましょう。

**身体計測**  
身長・体重をはかります。  
・どのくらい成長したか  
・バランスよく成長しているか  
を知ることがかかります。

**内科検診**  
学校医の先生の診察を受けます。  
・心臓や肺の働きはどうか  
・皮膚や背骨、胸の状態  
・栄養が十分とれているか  
などを診てもらいます。



**尿検査**  
朝、起きてすぐの尿を検査します。  
・腎臓の働きに異常がないか  
・糖尿病にかかっていないか  
などを知ることがかかります。

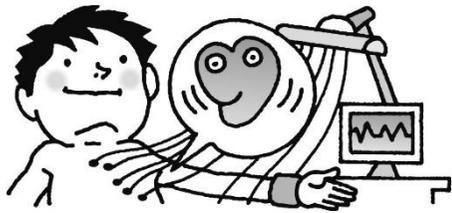
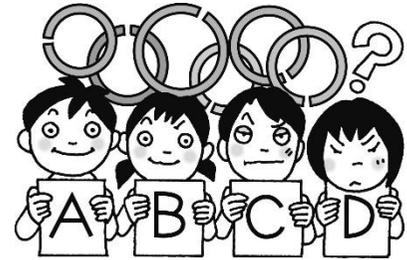


**耳鼻科検診**  
学校医の先生の診察を受けます。  
・目、鼻、のどに治療が必要な病気  
や異常がないか  
などを診てもらいます。

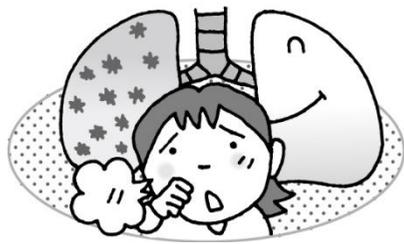


**結核検診**  
結核についての問診票をもとに  
・結核にかかっている可能性がないか  
をみます。

**視力検査**  
視力表を使って、おおよその視力を調べます。  
・黒板や教科書の文字がよく見えているか  
を知ることがかかります。



**心臓検診**  
心臓が動くときに出る弱い電流を記録する心電図検査をします。  
・心臓の働きに異常がないか  
を知ることがかかります。



**眼科検診**  
学校医の先生の診察を受けます。  
・目に治療が必要な病気がないか  
・目に異常がないか  
などを診てもらいます。



**聴力検査**  
機械を使って高さの違う2種類の音が聞こえるか調べます。  
・聞こえにくくなっていないかを知ることがかかります。



**歯科検診**  
学校医の先生の診察を受けます。  
・歯や歯ぐきに病気はないか  
・歯並びやかみ合わせ  
などを診てもらいます。