



No. 2
令和3年4月30日(金)
利府町立利府第三小学校
保健室

春から初夏に向かう季節の変わり目は気温差も大きく、体調を崩しやすくなります。それでも風薫る5月。濃さを増す若葉の緑や、色鮮やかな草花の間を通り抜ける風は、その香りを静かに運んでくれます。緑の中で深呼吸してみるのもいいですね。

気温が上がり、半袖になったり、汗をかいたりする日が増えてきます。ハンカチやタオルで汗の始末をし、夜は十分に睡眠時間を取って疲れをためないように心掛けましょう。水分補給のために水筒(水)を持って登校しましょう。



今月の目標 外で元気に体を動かそう

5月の保健行事



| 月 | 日 | 曜日 | 行事 | 対象 | 場所 | 時間 |
|----|-----|----|-------|-----------|---------------|-------|
| 5月 | 7日 | 金 | 心臓病検診 | 4年・1年未検査者 | 体育館 | 8:40 |
| | 12日 | 水 | 尿検査配付 | 全学年 | 各教室(13,14日回収) | 帰りの会 |
| | 26日 | 水 | 内科検診 | 1, 2, 3年 | 保健室 | 13:00 |
| | 28日 | 金 | 眼科検診 | 全学年 | 保健室 | 10:00 |
| 6月 | 2日 | 水 | 内科検診 | 4, 5, 6年特 | 保健室 | 13:00 |

心臓病検診

体育着(半袖・半ズボン)で行います。忘れずに持ってきましょう。検査の時には、胸に吸盤のような機械、手首と足首には大きなクリップのようなものを付けて検査をします。痛みはありません。ベッドに横になって静かに受けましょう。

尿検査

腎臓の働きや糖尿病などの病気がないかを調べる検査です。当日の朝一番の尿を取ってください。ふたをしっかりと閉め、名前の書いた提出用の袋に入れて出しましょう。

内科検診(結核検診, 運動器検診)

心臓や肺の音を聞いたり、胸郭・背骨の様子も診るので、脱ぎ着のしやすい服装で登校しましょう。

目を大切に

4月に、視力検査を行いました。上下右左と上手に検査を行うことができました。数名ですが、前髪が目にかかり、見えにくそうにしている人がいました。

目の病気になりやすいだけでなく視力にも影響しますので、前髪は目にかからない長さに切るか、ゴムやピンなどで留めるようにしましょう。

視力検査の結果、受診をお勧めする人(視力B以下)には、おたよりを大型連休明けに配付します。



健康診断の結果について

定期健康診断（全項目）の「健診結果一覧票」は、7月上旬にプリントで配付します。ご家庭でファイルに綴じるなどの保管をお願いいたします。

＜各検診項目について＞

☆ 歯科検診、心臓検診の結果：全員に配付します。

☆ 眼科検診、内科検診、耳鼻科検診の結果：所見のあった人に配付（受診のおすすめ）します。

☆ 視力検査、聴力検査、尿検査の結果：所見のあった人に配付（受診のおすすめ）します。

※ 学校での検診は、所見の有無を見ます。「診断」はできませんので、所見があった場合には、かかりつけの病院を早めに受診しましょう。



元気のもと

はやね・はやおき・朝ごはん

5月を元気に過ごすために



新型コロナウイルス感染症予防のためにも、連休中から「はやね はやおき 朝ごはん」で健康的な生活を送りましょう。マスク着用や石けんでの手洗いは感染症予防の基本です。ハンカチ・ティッシュはポケットに入れ、熱中症予防に水分はのどが渇く前に取るようにしましょう。



＜こまめな水分補給＞



＜マスク＞



＜石けん手洗い＞



＜ポケットに＞

おうちの方へ



学校でのけがについて

学校の管理下（授業中や登下校中、校外学習など）でのけがについて、医療機関での医療点数合計が500点以上の場合は、独立行政法人日本スポーツ振興センターから見舞金が支払われます。学校でのけがの場合は町の子ども医療費助成制度と併用しての使用はできませんのでご了承願います。万が一、障害が残った場合の保証等について詳しくはPTA総会資料をご覧ください。受診結果や学校生活での注意点などありましたら、担任までお知らせください。

また、ご家庭でのけがや登下校中のけがは、受傷日から医療機関で完治とされるまで8日以上かかった場合、PTA安全互助事業の見舞金対象となります。手続きは保護者の方から、直接保険会社へ連絡となります。詳しくはPTA総会資料をご覧ください。

