

—ほけんだより—

えがおだいすき



平成29年4月7日
西横野小学校 保健室
—No1—
おうちの人と読みましょう

えがおでスタート！新学期

新学期の始まりを待っていたかのように、桜がいっせいに花開き出しました。みなさんが体も心も元気に学校生活を送れるよう、保健室からおうえんします。



健康診断がはじまります

◇ 一年間を健康にすごすために、どれだけ大きくなったか、病気がないか調べます。「定期健康診断日程表」で、かくにんしましょう。

◇ からだをよく知ると、「自分のからだと心を大切にしよう」という気持ち生まれ、「友だちや家族のからだとも大切に思う」きもちにつながります。



—保護者の方へ—

4月から6月にかけて健康診断が続きます。保護者のみなさまにも、書類の記入やお子さんの服装の確認等で大変お世話になります。



保健関係書類の提出のお願い

提出期限 4月11日(火)

◎「運動器検診問診票」

平成28年度から運動器検診を実施しています。バランスや柔軟性、オーバークース脊柱側湾症の有無など問診票の11項目について、お子さんの運動機能をチェックしてご記入をお願いします。

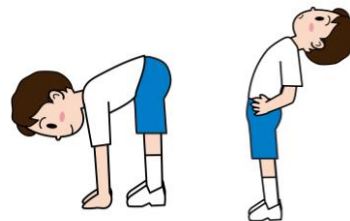
問診票をもとに、内科検診時に学校医の診察を受け、運動器疾患が疑われる児童には専門医療機関の受診をお勧めします。

◎「保健調査票」

新学年の該当項目等にご記入、付け加えをお願いします。

◎「胸部エックス線検査希望調査票」(1年生のみ)

希望の有無をご記入ください。



—学校医の先生方のご紹介—



学校医；武井弘司先生
学校歯科医；小林大蔵先生
学校薬剤師；辻中優一郎先生

内科検診、歯科検診、環境衛生等健康面でのご指導をいただきます。

身体計測 (身長・体重)

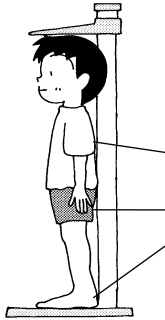
4月10日(月) 5・6年生
 11日(火) 3・4年生
 12日(水) 1・2年生



- からだがバランスよく発育しているかわかります。
- 半そでの体着、ハーフパンツではかります。

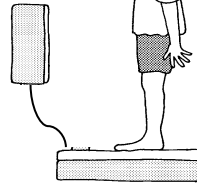
身長

肩の力をぬき、うではまっすぐ下に

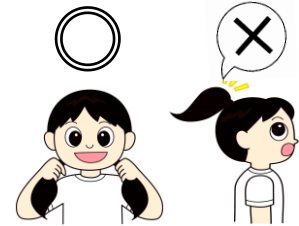


せなかおしりかかとを柱につける

体重



のりおりはしずかに



視力検査

4月10日(月) 5・6年生
 11日(火) 3・4年生
 14日(金) 1・2年生

- ★ わの切れている方向をこたえましょう。右目から検査します。
- ★ 見えないときは、「わかりません」といってください。
- ★ 目をほそめたり、のそいたりしないようにしましょう。
- ★ めがねがある人は、わすれずにもってきてください。

黒ばんや本の字がみえずらいかしらべます。



自分の視力をかくにんしよう!



A(1.0以上)	B(0.9~0.7)	C(0.6~0.3)	D(0.2以下)
学校生活を送るのに十分な視力です。	ほおっておくと低下します。眼科へ。	黒板の字が見えにくくなります。眼科へ。	早めに眼科を受診しましょう。

1・2年生は、検査のしかたが少し変わり、よりにくいにおこなわれます。

聴力検査

4月12日(水) 1・2年生
 17日(月) 3・5年生

- ★ 前の日には、耳の中をきれいにしておきましょう。
- ★ オーディオメーター(検査器具)のレシーバーを右耳にあてます。
- ★ 音がきこえているあいだ中、あいずしてください。
- ★ 左耳もおなじようにけんさします。
- ★ 「小さな音」なので、まっっている人はしずかにしましょう。

きこえにくい音がないかしらべます。

