

5月 ほけんだより

令和4年5月18日 NO. 3 尾道市立高見小学校 保健室

たいいくさんかんぴ げんき あんぜん さんか 体育参観日に元気で安全に参加しよう！

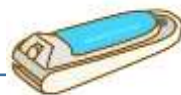
～できていることにチェックをしてみよう！～



あさ ひる よる
朝・昼・夜きちんと
ごはんを食べている。



せんせい はなし
先生の話をしっかり
聞くことができる。



て あし
手と足のつめをみじかく
切りそろえている。

こまめにすいぶん
水分をとっている



あし おお
足の大きさにあった
くつをはいている。



よる
夜はしっかり
ねている。



じゅんぴたい
体そうがしっかりできている。



あなたはいくつあてはまりましたか？ 8つ全部にチェックがつくようにがんばろう！
そして、元気に本番をむかえましょう！

! そろそろ気温が高くなるころです。大きめの水筒を用意して、こまめに水分をとりましょう！

+ けがをしてしまったら・・・？

ちい
小さなすり傷、切り傷などのけがをしたときは、**すぐにきずぐちをきれいに**
あらってから保健室でみてもらいましょう。



+ なぜしっかり洗うの・・・？

すりむいたところにすなやどろなどの汚れが残っていると、きずぐちからさいきんはい
細菌が入って、きずの治りが遅く
なったり、「うみ」がでかたりするからです。また、きずぐちがひ
冷えることで痛みをやわらげる効果もあります。

まいにち せいけつ 毎日、清潔なハンカチとティッシュを も 持ってきていますか？

せっかく手をすみずみまできれいに洗っていても、手をふくハンカチがよごれていたら、また手がよごれてしまいます。毎日、清潔なハンカチを持ってきましょう。



服や友だちのハンカチを借りてふかないようにしましょう。



保護者の皆様へ

◆ 健康診断の結果について ◆

健康診断が少しずつ終了し、結果を児童に持たせています。
学校での健康診断は、病気の疑いを見つけるものですので、「再検査」
や「疾病の疑い」等の結果が出ても病気とは限りません。
しかし、早期発見につながりますので、医療機関の受診をお願いします。

全員に結果を配布するもの

- 視力検査
- 色覚検査(希望者のみ検査を実施しています。)
- 歯科健診

病院受診が必要な児童にのみ結果を配布するもの

- 尿検査
- 内科健診
- 眼科健診
- 耳鼻科健診

※できる限り早めに病院を受診していただき、受診後は保健室に受診結果(返信票)を提出してください。

※すでに、かかりつけ医や専門医に診て頂いている場合には、その旨をお知らせ下さい。

◆内科健診について(4・5・6年生女子)◆

内科健診では、結核・運動器・脊柱側弯症健診も併せて行います。脊柱側弯症健診は、上半身裸で行うため、4年生以上の女子児童についてはプール用のバスタオルを各自持参して使用します。必要な人は、ご家庭で短めの(腰くらいまでの長さのもの)プール用バスタオルの用意をお願いします。ご家庭にない場合は、保健室に予備がありますので、貸し出すこともできます。お困りの際は、保健室までご連絡ください。

内科健診の日程

- 2・5・6年 6月2日(木)13:15～
1・3・4年 6月16日(木)13:15～ (5月26日を予定しておりましたが変更になりました。)