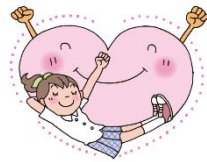


ほけんだより5月

だいごう
第5号

おうちの人と一緒に読もう♪

新年度が始まり、1ヶ月が経ちました。ゴールデンウィーク明けは、心身の疲れが出やすい時期です。睡眠を十分に取ったり、上手に気分転換をしたりしましょう。



健康診断は受けて終わりではありません。おうちの人と一緒に結果を確認したり、自分の体の状態を知って、これから気を付けることを考えたりすることが大切です。

5月も健康診断が続きます。しっかり受けましょう。

日付	項目	対象学年	注意
5/7(金)	歯科健診	なかよし学級 1~3年生	・歯科健診までに治療を済ませる。 ・給食後、ていねいに歯をみがく。
5/10(月)	色覚検査	1年生希望者	
5/14(金)	尿検査	全学年	・事前にほけんだよりを配布します。
5/21(金)	眼科検診	1・3・5年生 2・4・6年生抽出者	・前髪が目にかからないようにする。 ・検査の前に目をこすらない。
5/24(月)	内科検診	なかよし学級 1・3・5年生	・体育着を持ってくる。
5/31(月)		2・4・6年生	

健康診断の結果から...



身体測定

身長や体重の増え方は人によって違います。平均と差があっても気にする必要はありません。バランスよく成長するためには、好き嫌いをなく食べ、よく運動をして、睡眠時間を十分に取ることが大切です。



視力検査

読書や勉強するときは目を30cm以上離したり、ゲームのやりすぎに注意したりすることで、視力低下を予防しましょう。



おうちのかたへ

学校での健康診断は、スクリーニング(疑わしいものを選び出すこと)です。実際に異常があるかどうか、また、その原因や治療法を知るには、医療機関での診察や検査が必要です。「受診のおすすめ」をもらいましたら、早めに医療機関の受診をお願いいたします。

視力がB以下の場合、眼科検診後に「受診のおすすめ」を配付します。先に必要な場合は担任までお伝えください。

日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」について

学校の管理下(授業中、休憩時間中、登下校中など)でけがをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されますので、御活用ください。ただし、神川町の「子ども医療費」との併給はできません。

初診から治療までの総医療費が5,000円(健康保険証を使用して、自己負担が1,500円)以上の場合が給付対象となります。その場合、学校で手続きをしますので、担任に申し出てください。



4月8日(木)に配布したお手紙に詳しく書いてありますので、御覧ください。

☆何かわからないことがありましたら、保健室まで御連絡ください。

5月30日はゴミゼロの日 マスクをきちんと捨てよう

新型コロナウイルス感染症の流行で、なくてはならないものになったマスク。でも、正しく捨てられなかったマスクのせいで、動物たちにこんな被害が...



- ・散歩中の犬が間違えて飲みこむ
- ・足にひっかかった野生の鳥が飛べなくなる
- ・海に流れこみ、カニやタコが絡まる

マスクをきちんと捨てることは、ウイルスの広がりを防ぎ、私たちの感染予防になります。動物たちを守るためにも、もう一度正しい捨て方を確認しましょう。

マスクの捨て方

- ・ひもを持ってはずす
- ・ビニール袋などに入れ、口を縛って捨てる
- ・マスクを捨てたあとは手を洗う



けんこう 健康パトロール結果

健康パトロールを4月20日(火)に実施しました。

★歯ブラシ100点：4/7クラス

★つめ100点：2/7クラス

★ハンカチ100点：4/7クラス

青柳小では、月に1回、健康パトロールで、**歯ブラシの毛先が開いていないか、つめを短くきれいに切っているか、ハンカチを持ってきているか**をチェックします。毎回、満点を取れるようにがんばりましょう!

