

ほけんだより4月

☆健康診断特別号☆

平成29年4月17日 大草小学校 保健室
ほけんだより4月号 NO.2
4月の保健目標「自分のからだを知ろう」

○ 健康診断スケジュール ○



5月9日～12日は毎日検査等あります。ご協力よろしくおねがいします。



| 実施日 | 対象学年 | 項目 | 備考 |
|--------------|---------|---------|--------------------------------|
| 4月24日(月) | 1年生のみ | 心電図検査 | 心臓の検査です。おちついてうけましょう。 |
| 5月9、10日(火、水) | 1～3年生 | ぎょう虫卵検査 | <u>2日間</u> の採卵が必要です。提出は、10日です！ |
| 5月11日(木) | 全学年 | 内科検診 | 前日にお風呂で体をきれいにしておきましょう。 |
| 5月12日(金) | 全学年 | 尿検査 | 前日に、しっかり準備をしておきましょう！ |
| 5月16日(火) | 全学年 | 歯科検診 | 歯をしっかりと磨いておきましょう。 |
| 5月25日(木) | 1・3・5年生 | 耳鼻科検診 | 耳・鼻の手入れをしておきましょう。 |

保護者のみなさまへ

健康診断が始まっており、すでに身体測定、視力検査、聴力検査は終了しています。健康診断を進めていく中で検査結果により、受診をお願いする文書をお渡しする場合があります。

しかし、学校で行う諸検査は、スクリーニングとして行われるもので、必ず異常があるわけではないということをご理解いただきたいです。

～学校医さんの紹介～

- ・学校医 : 中溝礼一郎先生 (慈恵病院)
- ・学校歯科医 : 藤田浩一先生 (ふじた歯科)
- ・学校薬剤師 : 田中秀二先生

・中溝先生は、ないかけんしん**内科検診** にきてくださいます。

・藤田先生は、しかけんしん**歯科検診** に来てくださいます。

健康診断だけでなく、大草小の子ども達が元気であるために、陰ながら支えてくださるスーパーマンです！！！！

しりょくけんさ かんが ☆視力検査について考えてみよう! ☆

4月の11日、12日に全学年ぜんがくねんの視力検査しりょくけんさがおわり、**C**のマークあいだの間あいだがあいているところをゆびさしましたね。でも「AとかBとかよくわからない!」ひとの疑問ぎもんにこたえます^^



A、B、C、Dってなんだろう？

A 1. 0以上

がっこう せいかつ 学校で生活せいかつをするのに、十分な視力しりょくです。

ばっちり み バッチリ! 見えています☆



そのままの視力しりょくをたもちましょう。

B 0. 7~0. 9以上

がっこう せいかつ 学校の生活せいかつで、たまに困こまることがあります。

すこ み 少し見えづらくありませんか？



びょういん いちど 病院で一度きちんと見みてもらいましょう。

C 0. 3~0. 6以上

きょうしつ うし 教室うしの後ろから黒板こくばんの字じが見えにくいこ
とがあります。



びょういん じゅしん 病院を受診じゅしんしましょう! メガネめがねが必要ひつよう
ら使つかいましょう。

D 0. 2以下

きょうしつ まえ 教室まえの前まえの方でも黒板こくばんの字じが見えにくい視力しりょく
です。学校がっこうでの授業じゅぎょうで困こまっていませんか？



びょういん かなら 病院は必ず受診じゅしんしましょう! メガネめがねが
必要ひつようなら、使つかいましょう。



☆テレビゲームをすると目がわるくなるって本当?? ☆

ゲームばかりしていると、目がわるくなることめはありますか？

これは、本当ほんとうです! 理由りゆうはふたつあります。

① **ゲームをしつづけると、ずっと同じところしか見ないからです。**

目はいろいろなところを見みることで、いつもきたえられています。

だから、同じところしか見ないと、目はさぼってしまっめとどんどん弱よわくなるのです。

② **ゲームをしていると、まばたきが少すくなくなるからです。**

ふつう、人は1分間に20回かいくらいまばたきをいると言いわれています。これは目にめにみだを
ひろげて目をめゴミごみやほこりから守まもるためです。ゲームをげーむしていると、まばたきは1分間に3回かいぐら
いにへってしまいます。だから、目がめかわいたり、ゴミごみがたまるめと目をめいためてしまっめと目がめわる
なってしまいます。

大切なことたいせつは、「ゲームのしかた」です。ゲームはあかるいところじかんで、時間きを決きめてしまっめしょう。

そして、終わおったあとはまばたきをして目をめうごかしてあげてくださいね✿

