

5月 ほけんだより



平成30年5月1日 大草小学校 保健室
 ほけんだより5月号 NO.4 文責：川上美由紀
 5月の保健目標「身の回りを清潔にしよう！」

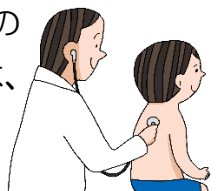
☆5月は、健康診断がたくさん！☆

- 〈5月の健康診断の予定〉
- 5/8 (火) ぎょう虫検査 (1~3年生) 提出 ※2日間採取します。
 - 5/10 (木) 尿検査 (全学年) 提出
 - 5/10 (木) 内科検診 14:00~
 - 5/15 (火) 心電図検査 (1年生) 9:30~

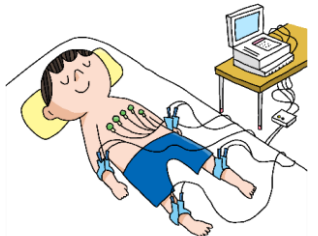


☆各検診・検査について知ろう！☆

〈内科検診〉全学年
 内科検診では、聴診器で心臓の音をや肺の呼吸する音を聞いて、体の中が健康かどうかを調べます。また、おうちの人に書いてもらった「問診票」を見て、そこから病気の疑いがないかを調べます。なにか体のことで気になることがある人は、学校医の先生にお話してみましよう。




〈心電図検査〉1年生のみ
 内科検診の中で、聴診器で心臓の音を聞いて、体の中が健康かどうか調べますが、「心臓」についてさらに詳しく調べるのが「心電図検査」です。検査が終わるまでは、動かずにじっとしていきましょう。



〈ぎょう虫検査〉1~3年生

ぎょう虫とは？
 長さ1cmほどの細長い白い虫で、腸の中に寄生します。夜寝ている間に校門近くに出てきて卵を産み付けます。ぎょう虫がいると、おしりがかゆくなったり、イライラしたりすることがあります。ぎょう虫検査で陽性が出た場合は、お知らせしますので、お医者さんに相談して駆虫をしてください。

5/7(月)に、ぎょう虫検査のセロファンを配付します。、5/7、8の朝に採取して、5/8(火)に提出してください。

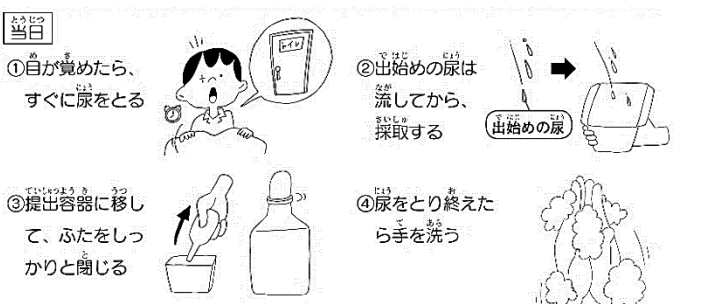


〈尿検査〉全学年

尿検査で何がわかるの？
 おしっこを調べることで、じん臓が健康かどうかを調べることができます。たとえば、おしっこの中に、血液や「たんぱく」と呼ばれるものが入っていた場合は、じん臓の病気である疑いがあります。また、「糖」が多く入っていた場合は、「糖尿病」と呼ばれる病気の可能性がります。

当日

- ①目が覚めたら、すぐに尿をとる
- ②出始めの尿は流してから、採取する
- ③検出容器に移して、ふたをしっかり閉じる
- ④尿をとり終えたら手を洗う



☆身長計に興味深々?!☆

保健室近くに、アニメのキャラクターや有名人、偉人などの身長の高さを貼った身長計の掲示物を掲示しています。子どもたちは想像以上に楽しんでくれているようで、トイレに行くたびに身長を比べたりしているようです。

あなたはだれの身長と同じくらいかな？まだ見てない人はお友達と一緒に見てみよう！



☆健康委員会、がんばってます!☆



今年度、健康委員会の活動について話し合い、「生活習慣のチェック表をつくりたいです!」との声があがり、委員会でつくろうということになりました。中休みや昼休みに集まって、内容を考えたり、原稿を作ったりしています。子どもたちと話していると、たくさんのアイデアが出てきて、私もワクワクしています。(たまに収集がつかなくなることもあります・・・笑)

子どもたち自身が、健康に興味をもってがんばっている姿を私もできる限りサポートしていきたいと思います^^

これからも、委員会の活動を保健だよりで紹介していきますので楽しみに!

