

ほけんだより 5月

平成29年5月12日 入鹿小学校保健室



新年度がスタートして1ヶ月。新しい学年、クラスに慣れてきた一方、今までの忙しさや緊張で、お昼はぼかぼか、風もさわやかな季節です。のんびりお散歩したり、友達と遊んだり、自分の好きな方法でリフレッシュしましょう。



★健康診断予定について★

実施日	対象学年	実施項目	注意事項
5月24日	1・3・5年生	眼科検診	前髪が長い人は短く切るかピンでとめましょう。
5月30日	1・4年生	心臓検診	シャツを脱ぎ上半身裸になって検診をします。いくつかの器具をつけますが、痛くないので安心して下さい。
6月8日	1・3・5年生	耳鼻科検診	耳に髪の毛がかからないようにむすんだりピンでとめましょう。耳のおそうじもしておきましょう。

★受診後のお知らせについて★

健康診断の結果をお知らせしていきます。医療機関での検査や治療が必要な場合は、早めに受診してください。また、今後の保健管理のため受診後の結果をご報告くださるようお願いいたします。

なお、学校で行う健康診断は「スクリーニング」といって、疑わしいと思われる人を選び出すものです。そのため、病院で詳しくみてもらった結果、「異常なし」と診断されることもあります。



★保健関係提出書類について★

①眼科検診問診表 (1・3・5年生)

②心臓検診問診表 (1・4年生)

記入後、保健関係連絡袋に入れて5月19日(金)までに提出してください。

ただ は 正しい歯みがきで、健康な歯に!

✕ ゴシゴシと強くみがく。

軽い力で、こざみに歯ブラシを動かすことが基本です。

✕ 毛先の開いた歯ブラシを使う。

うしろから見て、毛先がはみ出している

歯に毛先がきちんと当たらず汚れが落とせません。開いてきたら交換を。

✕ 歯ブラシだけでみがく。

歯ブラシが届かない歯と歯の間は、デンタルフロスを使うとよいです。