

ほけいたより



貝塚市立北小学校
保健室

平成24年11月1日発行

木の葉も色付きはじめ、あつかり秋らしくなりました。
 空気も乾燥してきますので、なぜには気を付けましょう。
 さて、秋といえば、「〇〇の秋」とよくいいますね。
 スポーツ? 読書? 芸術? それとも食欲?
 みなさんも、自分なりの秋を楽しみましょう!!

11月のほけんもくひょう

えい! よう
栄養を
しっかりとろう

保護者のみなさまへ

北小学校では、目立った感染症の流行はありません。そろそろインフルエンザやかぜが流行しはじめる季節です。
 インフルエンザワクチンも、11月に入り、接種時期となります。
 予防接種を受ける際は、お子さんの体調の良いときにお医者さんと相談して、受けましょう。
 ☆ご家庭でも感染症予防の三原則を大切に!!
 ①手洗い ②うがい ③規則正しい生活

11月10日はイトルの日

- 次の方のことを考えて、使いましょう!
- 使ったあとは、必ず流しましょう!
- スリッパはそろえましょう!

新しい検査が始まります!! **5年生が対象です!**
 貝塚市では、今年度より、「モアレ検査」が始まります。「モアレ検査」とは、「脊柱そくわん症」を早期発見するための検査です。中学1年生でも、同様の検査を実施いたします。ご不明な点が、ありましたら、保健室まで、お問い合わせ下さい。

姿勢チェックだぜ〜!

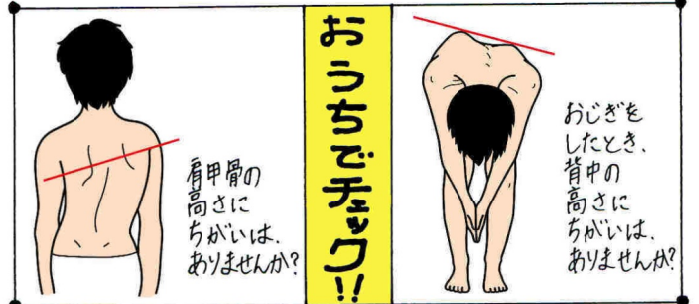
姿勢を正そう!

おうちのひとと、いっしょによみましょう。

脊柱そくわん症について

- ① 文字を書くとき、背中を丸めている。 (はい) (いいえ)
- ② テレビを、ねころびながら見ている。 (はい) (いいえ)
- ③ よく、ほおぐえ をついている。 (はい) (いいえ)
- ④ ポケットに手を入れて、歩いている。 (はい) (いいえ)

脊柱を後ろから見たとき、横に曲がり、さらにひじになると、傾いてねじれてしまう病気です。10~15歳に発症することが多いといわれています。内科検診の時も、みていただいています。が、ご家庭でも、下記を参考にチェックしてみてください。



おうちでチェック!!

いつでも「はい」にマルがついたひと。姿勢が正しくないぜ〜!! 気を付けてくれよ!!

☆気になることがある方は、保健室まで、ご相談下さい。☆