

ほけんだより



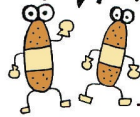
貝塚市立北小学校保健室

平成26年5月1日発行

1学期がはじまって1ヶ月がすぎました。みなさん
新しいクラスにはなれましたか。さて、連休からスタートある5月は、生活リズムがくずれやすく、体の調子も悪くなりがちです。早寝、早起き、あさごはんなど、さぞく正しい生活を心がけましょう。

5月のほけんもくひょう

けがをしたときの
てあてをしよう



月	火	水	木	金
			1 聴力 (2年生)	2
5 	6 	7 眼科検診問診票 提出しめくり	8 聴力 (3年生)	9 校外学習
12 聴力 (5年生)	13 聴力 (1年生)	14	15 眼科検診 (1年生と) アソート抽出	16
19	20	21 耳鼻科検診 (1・3・5年生)	22 歯科検診 (全員)	23
26	27	28 尿検査2次 (対象者)	29	30

5月9日

このがいがくしゅう
校外学習

すいみん

翌日の日は、いつもより早めにねましょう。
のりものよいある人は、とくに、あいみんを
じゅうぶんとおきましょう!!



うんち

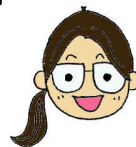
1日3回の食事も、よくかんで食べま
しょう。当日の朝は、朝ごはんを忘れず
食べてきましょう。お弁当も忘れずに!!



じょうぶ

うんち

1日1回、うんちが出ていますか?
おなかにうんちがたまっていると、のりもの
に、よいやあくなります。うんちをして
スッキリでかけましょう!!



うら面も見てくださいね!

長〜くのびていませんか?

つめはどうしてはえてる?

つめは、ものをつかんだり、
指先を守る役割があります。

つめがなかいとどうなる?

夜だちにあたってけがをさせたり、
つめが折れてしまうことがあります。

のびすぎサインをキレワ!!

手のひら側から見たとき、つめ、
が、はざり見えたら「のびすぎサイン」!!



視力検査について



全学年視力検査が終了しました。検査結果は「けんこうのきろく」に記載していますのでご確認ください。「けんこうのきろく」をご確認後は、捺印（もしくはサイン）のうえ担任まで提出してください。



学校での視力検査は、スクリーニングといって学校生活を送る上で「気になるところがあるか」を基準におこなっています。受診の際には、医師の診断結果と違うことがありますので、あらかじめご了承ください。また、メガネ（コンタクト）を使用している人は、メガネ（コンタクト）をかけたままの状態で行っています。



結果は「A」「B」「C」「D」の4段階でお知らせしています。

結果が「B（0.9）」以下のお子様には、『視力検査結果通知票』をお渡しします。眼科でより詳しい検査を受けることをお勧めしますが、最近眼科を受診された方やメガネを買い替えた、メガネの度数を「B」程度に合わせた方などは、受診についてはご家庭でご判断ください。

さんこう
(参考)

視力内容	内 容
1.0以上	A 一応、健常視力ですが、この中には軽い遠視などが含まれていることがあります。勉強時に根気がない、あるいは肩こり等を訴えるときは眼科受診して指導を受けて下さい。学校での授業には、ほとんど差し支えありません。
0.9～0.7	B いまままでAであった場合には、近視の始まりである場合が多いので、一応、眼科受診をお勧めします。
0.6～0.3	C 眼に何らかの異常があると考えられますので、眼科で精密検査を受けられることをお勧めします。
0.3未満	D 教室では、前列にいても黒板の字が見えにくい視力ですから、早急に対策が必要です。ぜひ眼科受診して下さい。



眼科検診について

眼科検診は、1年生全員と2年生～6年生の調査票抽出者が対象です。4月30日に『眼科検診問診票』を配布していますので、必要事項を記入していただき5月8日までに担任までご提出ください。

※2年生～6年生の対象者には後日お知らせします。

※検査結果について

- ・1年生は異常が認められた場合のみお知らせします。
- ・調査票抽出者（2～6年生）は、検査翌日に結果をお知らせします。

5月に実施される「耳鼻科検診」「歯科検診」については、検査前にほけんだより検診号でお知らせしますのでご覧ください。

視力については眼科検診では検査できません。視力検査の結果に関しては、「視力検査結果通知票」でお知らせしていますので、直接眼科へご相談をお願いします。

