



城東小ほけんだより 10月号②

げんキッズ

☆ 10月の保健目標 ☆

目を大切にしよう



視力検査の結果が出ました



1～3年は、春より改善！
4～6年は、ほぼ変わらず！

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
A	38	48	27	39	41	33
B以下	14	10	29	32	43	37

(人)



今回の検診の結果、視力がB以下の児童には、眼科医の診断を受けるようプリントを渡しました。眼科医から「眼鏡使用の必要あり」と診断された場合は、医師の指示に従い、お子様の眼に合った眼鏡を用意されますようおすすめします。

また、下記のように視力低下の兆候があった場合にも、生活に注意するようにしてください。

お子さんの視力低下のチェックポイント

□ 目を細めたり、しかめたりして見る。



お子さんは、普段の生活の中で遠くを見るときに目を細めてみることはありますか？視力が低下しているときに、無理をして物を見ようとするときに目を細めることがあります。

□ 頭を傾けて見る。



読書をしているときに顔を傾けて読んでいる児童がいます。左右の視力に差がある場合に、見える方で見ようとして顔を傾けて見る場合があります。

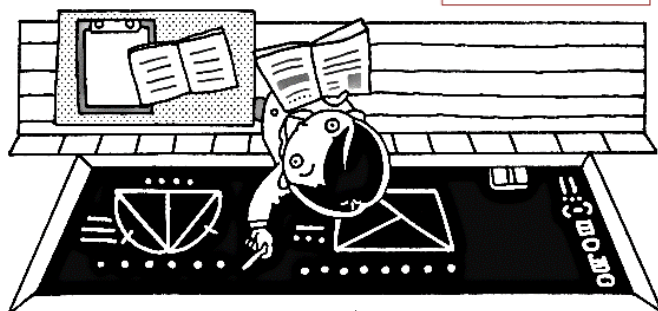


A：1.0以上
一番うしろからでも黒板の字が見える

B：0.7～0.9
まん中よりうしろで、ほとんど見えるが小さな字は見えにくい

C：0.3～0.6
まん中より前でも、小さな文字は半分くらいしか見えない

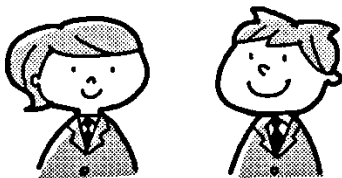
D：0.2以下
一番前でも、メガネやコンタクトレンズがなければはっきり見えない



＋ 1 学期 の保健室利用状況 ＋

利用件数

7 1 8 件



具合が悪くてきた人

1 3 2 人

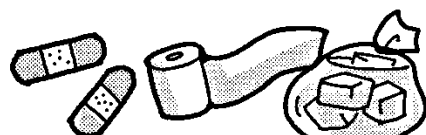


いちばん多かった病気

頭痛

けがの手当できた人

5 8 2 人

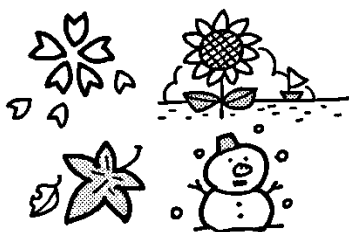


いちばん多かったけが

すり傷

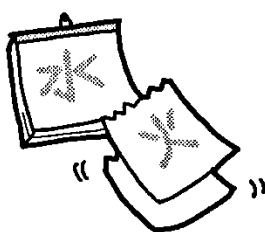
来室者が多かった月

6 月



来室者が多かった曜日

火～金 曜日



1 学期の保健室利用者の人数は合計で 718 人でした。昨年度の 1 学期来室者 692 人と比べると若干多くなっています。しかし、大きなケガのお子さんは減りましたので、今後も落ち着いた生活を指導していきます。

不注意等で首から上のケガをして来室する児童も多いので、「これをしたらどうなるのか？」と日頃から考えるくせをつけられるよう、改めてご指導お願いいたします。

2 学期は、**風邪やインフルエンザなどが増える時期です**。これからもご協力お願いいたします。

秋にも注意!!

花粉症

花粉症＝春のイメージですが、実は、秋にも多いのです。かぜが流行し始める時期と重なるため、かぜだとかんちがいしているケースも多いようです。

■ ここがちがう!! 花粉症とかぜ

花粉症	症状	かぜ
なし (あっても微熱)	熱	あり (高熱になることも)
水っぽい	鼻水	ネバネバする
かゆみあり	目の症状	なし



かぜのような症状が長引いているときは、花粉症かも!?

■ 秋の花粉症の原因は?

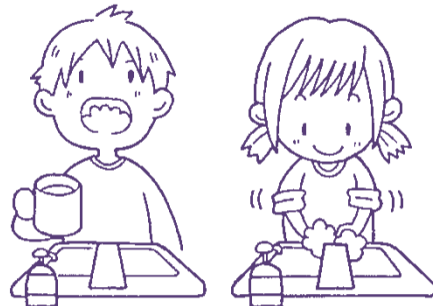
ヨモギ、ブタクサ、カナムグラなど、身近な雑草

■ ここに注意!!

- ・ 草むらに近づかない。
→ 花粉が飛ぶ範囲は、数 10 メートル
- ・ 花粉が飛びやすいのは、
→ 湿度の低い日
→ 午前中
- ・ 外出から帰ったら、手洗い・うがい・洗顔。



● 寒くなってきました ●



「寒い」と感じる日が増えてきました。うがい・手洗いをして、かぜをひかないようにしましょう。