

ほけんだより

No.2

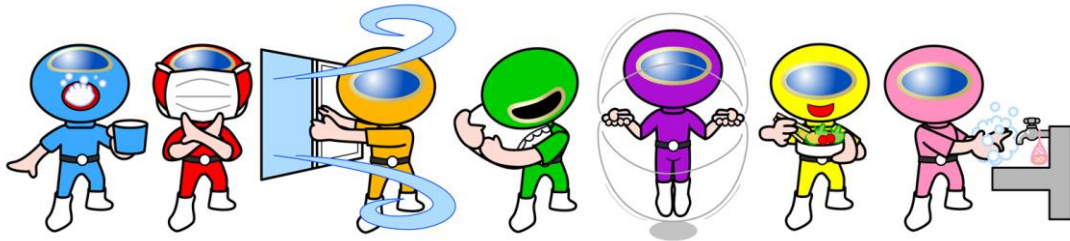
宇都宮市立新田小学校
保健室 R3.5.6

家の人といっしょに読みましょう

さわやかな緑の風が吹き、外へ出かけるのが気持ちの良い季節になりましたね。また、新学期が始まって1か月が過ぎました。ゴールデンウィークも終わり、疲れや緊張から体調をくずしたり、けがが増えやすい時期になります。生活リズムを整えて、疲れを感じたら早めに休養しましょう。自分の健康とみんなの健康を守るため、手洗い、うがい、マスク、咳エチケットなど感染症予防の合い言葉「うまくきたえて」を実践してくださいね。健康観察カードは必ず毎日記入して持参しましょう。



自分の体を大切にしよう



健康診断のお知らせ

健康診断の結果、疾病及び疑いがあった場合には、早めに専門医のもとで検査・治療等を受けていただき、結果を学級担任までご提出ください。

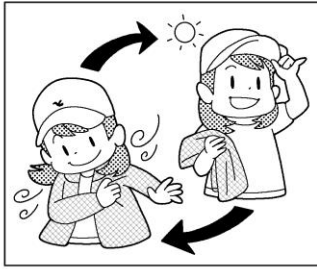
検査項目	日時	対象学年	時間	留意点
内科検診	5月19日(水)	奇数学年	9:45~	夏用体育着を着ます。長い髪は結んでください。
	5月26日(水)	ひまわり 偶数学年	9:00~	
腎臓検診 一次	5月25日(火)	全学年	登校後	尿検査容器を配付します。当日忘れないようお願いいたします。
腎臓検診 一次再回収	5月31日(月)	未提出者	登校後	月経など未提出者の予備日です。できる限り25日にご提出ください。
歯科検診	6月2日(水)	ひまわり 1, 2年	8:30~	朝の歯磨きを丁寧にお願ひします。
	6月9日(水)	3, 4年	8:30~	
	6月16日(水)	5, 6年	8:30~	
心臓検診 一次	6月8日(火)	1, 4年	1年 9:00~ 4年 10:00~	心臓病調査票を配付します。上下夏用体育着を着ます。

※実施日は都合により急きょ変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

外に出かけて遊ぶときは

5月は夏の始まりです。

出かけるときは事故や熱中症にも気をつけて、楽しく過ごしましょう。



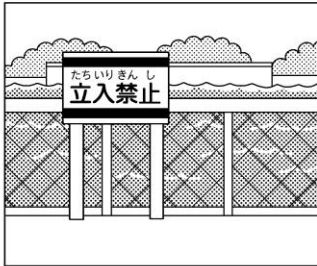
気温の変化に合わせてやすい服装にしよう



足のサイズに合った歩きやすい靴をはこう



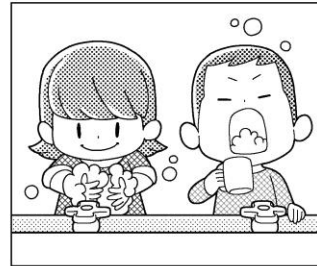
飲み物を持って行って、こまめに水分補給をしよう



危ないところには近づかないようにしよう



暑いときは日陰で休憩しよう



帰ったら手洗い・うがいをしよう

© 少年写真新聞社 2020

色覚検査について

先天色覚異常は男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。色がまったく分からないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にはほとんど不自由はありません。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活では配慮が望まれます。本人には自覚のない場合が多く、子どもが検査を受けるまで、保護者もそのことに気付いていない場合が少なくありません。治療方法はありますが、授業を受けるにあたり、また職業・進路選択にあたり、自分自身の色の見え方を知っておくためにもこの検査は大切です。

今年度も健康相談の一環として、色覚検査を実施いたします。**申込書の配付は毎年4年生**を対象としておりますので、希望される場合は、後日配付の申込書をご提出ください。なお、色覚検査を含む健康相談については、全学年を対象に随時お受けしておりますので、対象学年でなくても、日常生活や学校生活上で見え方が心配など、希望される場合は、学級担任までご連絡ください。

【保護者の皆様へ】

保健調査票など、保健関係書類の提出にご協力くださりありがとうございます。記入もれなどがあった場合は、返却し再提出をお願いしております。貼ってある付せんは取らず、必要事項を記入して、提出をお願いします。

今年度より、溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎、手足口病、伝染性紅斑、ウイルス性胃腸炎、ヘルパンギーナ、RSウイルス感染症、帯状疱疹において、出席停止の措置を講じる場合は、「登校届（保護者記入）」を提出いただくこととなりました。

インフルエンザについては「**インフルエンザ経過報告書**（医療機関及び保護者記入）」を、それ以外の感染症については「**意見書**（医療機関記入）」（治癒証明書でも可）を提出いただいたからの登校となります。感染症についてご不明な点等ございましたら、保健室までお問い合わせください。