



# ほけんだより

5月



額部小学校 保健室

平成30年5月1日 発行

No. 2

## からだこころと心のサインに耳みみをすませて



新年度が始まってから1カ月が経ちました。からだこころと心は新しい学年に慣れてきたでしょうか？ からだや心から疲れのサインはでていませんか？ 疲れた時は早く寝て、朝は朝日が入るようにカーテンを開けましょう。きちんと朝ごはんを食べると少しずつ元気が戻ってくるはずですよ。5月も元気に過ごしましょう！

### けんこうしんだんについて かつ 健康診断日程 (5月)

けんしんこうもく 検診項目	じっしび 実施日	たいしょうがくねん 対象学年	じゅんび 準備	ちゅういてん 注意点
じびかけんしん 耳鼻科検診	10日(木) 13:30~	4年	掃除用のバンダナ	<ul style="list-style-type: none"> <li>耳・鼻・のどを診ていただきます。</li> <li>耳掃除をしてきましょう。</li> <li>検診の前に、鼻水が出ている人はかんできてください。</li> <li>検診前には、バンダナで前髪、耳にかかる髪をしまってきてください。</li> </ul>
にょうけんさ 尿検査 にじ 二次	17日(木)	再検査者	尿の入った容器	<ul style="list-style-type: none"> <li>再検査の対象者にはお知らせいたします。</li> <li>容器などは前日にお渡しします。</li> </ul>
ないかけんしん 内科検診	22日(火) 13:15~	4・5・6年 さくら組	<ul style="list-style-type: none"> <li>結核検診・運動器検診問診票</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>前日はお風呂に入り、体を清潔にしておきましょう。</li> <li>上半身の下着は脱ぎ着するので、着がえやすいものにしてください。</li> <li>ついででプライバシーに配慮したいと思います。</li> <li>髪が肩より長い人は、結んできてください。</li> </ul>
	29日(火) 13:15~	1・2・3年	<ul style="list-style-type: none"> <li>体操服の半袖</li> <li>体操服の短パン</li> </ul>	

#### 治療のお知らせをもらったら



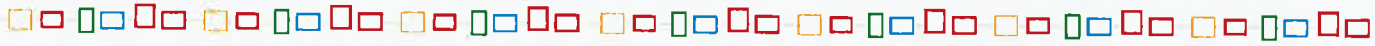
おうちの人に見せましょう



お医者さんに診てもらいましょう

いなふくみやまどぞん  
6年 稲含山登山:5月15日(火) 予備日17日(木)  
いなふくみやまどぞん じぜんけんこうちようさ  
稲含山登山 事前健康調査 5月1日(火) 配付  
8日(火) 回収

各学年、健康診断が続きます。検診後は、異常のある場合、治療の必要がある場合などはなるべく早くお知らせを渡しています。歯科健診結果は来週、全員に配布します。おうちの人に必ず見せ、健康のことを一緒に考える、良い機会にしてください。自分の健康を守るのは自分自身です！



# はしかに注意！流行中！

3月20日から沖縄県で流行を見せている麻疹（はしか）に注意してください。

麻疹は感染力が高く、空気感染、飛沫感染（せき・くしゃみのしぶき）、接触感染します。38℃前後の熱、せき、鼻水、自やになどの症状がみられます。発症後、2～3日後、口の中にコプリック斑という小さい白斑ができるのが特徴です。

母子手帳などで麻疹（はしか）の予防接種をしているか確認してみてください。もし、麻疹かな？と思う症状があれば、すぐに病院を受診してください。出席停止の病気です。



手を洗った後、洋服でふいたり、髪の毛をなでつけてごまかしたりしている人がいます。せっかきれいに洗ったのですから、きれいなハンカチでふきましょうね。



ポケットの中の名コンビ

## ハンカチ&ティッシュ

ティッシュがあれば、すぐに鼻がかめるので、鼻水が出ても安心。けがや鼻血のときに、も大かつやくします。



## 保護者のみなさま

### ●結核健診・運動器検診 問診票の記入について●

表と裏の『氏名・ふりがな・組・番号』を記入・確認してください。該当学年の項目に全て答えて、学級担任まで提出をお願い致します。この問診票の結果を内科検診の校医さんに診ていただきます。

提出：5月8日（火）まで

### ●出席停止について●

以下の病気にかかった場合は、出席停止となります。欠席扱いとなりませんので、治るまでしっかりと療養しましょう。登校するに際し、医師の書いた『治療証明書』が必要となります。以下の病気にかかった場合、学校までお知らせください。様式は、学校のHPからもダウンロードできます。ご利用ください。

- インフルエンザ ○百日咳 ○麻疹（はしか） ○風疹 ○水痘（水ぼうそう）
- 咽頭結膜熱（プール熱） ○結核 ○流行性耳下腺炎（おたふく風邪）
- 髄膜炎菌性髄膜炎 ○溶連菌感染症 ○ヘルパンギーナ ○手足口病 など

### ●スポーツ振興センターについて●

学校管理下でのけがについては、スポーツ振興センターの対象となります。もし、学校でけがをされて病院を受診された場合は、関係書類等をお渡し致しますので、担任・養護教諭までお知らせください。第三者が関わるものや交通事故などの場合は、適応にならない場合もありますことをご了承ください。不明な点があれば、学校までご連絡ください。

（額部小 堀越 TEL：62-0737）

