

ほけんだより



R7.6.2
しみずにししょうがっこう
清水西小学校
ほけんしつ
保健室

たいいくたいかい ぶじ お
体育大会が無事に終わり、もうすぐ梅雨がやってきますね。じめじめとして、なんとなく気分が良くないと感じる人も増えてくると思います。これからの暑さに負けないように、しょくじ すいみん すいぶんほきゅう
に食事・睡眠・水分補給をしっかりと、毎日元気に過ごしましょう。



おうちの方へ

◆健康診断結果について

前回のほけんだより以降（5月7日）、以下の健康診断の結果をお配りしました。

- ①検尿検査結果（※全児童）
- ②歯・口腔の健康診断結果（※全児童）
- ③眼科精密検診のお知らせ
- ④耳鼻咽喉科精密検診のお知らせ
- ⑤内科定期健康診断結果
- ⑥整形外科分野の結果

※③～⑥については、受診または通知の必要がある児童のみ

受診が済んでいる等の理由で健康診断後の受診を見合わせる場合は、受診状況や受診を見合わせる理由を連絡帳にご記入の上、「精密検診のお知らせ」を学校にお戻しください。

早めの受診・治療を
お願いします。



◆ご家庭での歯みがきチェックについて

6月12日(木)に、歯みがきチェック用紙とカラーテスター(歯垢染め出し剤)を配布します。ご家庭で染め出しをすることで、お子さんがみがけていないところと一緒に確認し、今後の歯みがき習慣に役立てていただきたいと思います。お忙しいところ恐縮ですが、ご協力をお願いします。

なお、カラーテスターの使用と歯磨きチェック用紙の提出については任意です。



健康診断の結果から

生活をふり返ろう

歯科検診

（気になるところが
あった人）

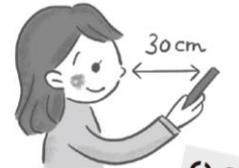
食事の後や寝る前に、歯ブラシをこぎざみに動かして1本1本
ていねいにみがきましょう。



視力検査

（視力が
下がった人）

スマホや本は目から30cm以
上離しましょう。目をこまめ
に休ませることも忘れずに。



歯科検診の結果

むし歯がある人・・・20人
治療が終わった人・・・8人

歯科検診結果からは、むし歯以外に「要注意乳歯」や「要観察歯」などがある人が多く見られました。毎日の歯みがきを丁寧に、規則正しい生活を心がけましょう。

視力検査の結果

視力がB以下だった人・・・46人

視力検査結果からは、遠くが見えづらくなる「近視」が多く見られました。近視の原因はタブレットやスマホ・ゲーム機などを長い時間、近くで見ていることが原因の一つと言われています。近視になると、大人になってからいろいろな病気にかかりやすくなります。今のうちから気をつけて生活しましょう。

6月の予定

◆体重測定・保健指導

1年生・・・6月10日（火）	2年生・・・6月9日（月）
3年生・・・6月4日（水）	4年生・・・6月2日（月）
5年生・・・6月11日（水）	6年生・・・6月6日（金）

※5年生は全国小学生歯みがき大会に参加する予定です(DVDを視聴します)。



◆色覚検査

4年生(希望者のみ)・・・6月3日（火）

◆6月光原スクールカウンセラー来校予定日（毎週水曜日）

4日・・・5年生全員面談	11日・・・1年生、4年生全員面談
18日・・・3年生全員面談	25日・・・2年生全員面談