

ほけんだより 5月

令和5年 4月28日
 渋谷区立長谷戸小学校
 校長 木下和弘
 養護教諭 多田薫

しんねんど はじ げつ あたら ともだち
 新年度が始まって1か月がすぎました。新しい友達ができたり、
 たんにん せんせい か あたら で あ おも
 担任の先生が変わったり、たくさんの新しい出会いがあったと思
 あたら ちようせん ひと じ
 います。新しいことに挑戦した人もいるかもしれません。この時
 き じぶん おも からだ つか せいかつ
 期は自分が思っているよりも体の疲れがたまりやすいので、生活
 とどの うんどうかい お まいにちげんき す
 のリズムを整えて、運動会に向けて毎日元気に過ごしましょう。



がっ もくひよう き そく ただ せい かつ
 5月の目標：規則正しい生活をしよう

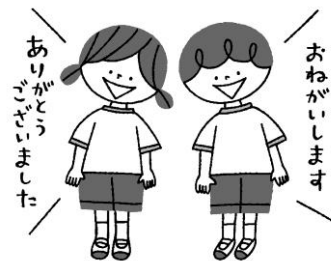
5月も定期健康診断があります

【5月の予定】

ふつか か 2日(火)	ない か うんどう き けんしん ねん 内科・運動器検診 (1, 3, 5年)	も もの たいいく ぎ 持ち物:体育着
このか か 9日(火)	しりよくけん さ ねん 視力検査 (2年)	も もの めがね しようしゃ 持ち物:眼鏡(使用者のみ)
とおか すい 10日(水)	し か けんしん ねん 歯科検診 (2,4,6年)	は 歯をていねいにみがいてきてください
にち もく 11日(木)	しんぞうけんしん ねん 心臓検診 (1年)	
にち きん 12日(金)	にようけん さ に じ がいとうしゃ 尿検査二次(該当者のみ)	
にち げつ 15日(月)	しりよくけん さ ねん 視力検査 (3年)	も もの めがね しようしゃ 持ち物:眼鏡(使用者のみ)
にち か 16日(火)	しりよくけん さ ねん 視力検査 (1年)	
にち すい 17日(水)	しりよくけん さ ねん 視力検査 (4,5年)	
にち きん 19日(金)	しりよくけん さ ねん 視力検査 (6年)	
にち か 23日(火)	しきかくけん さ ねん き ぼうしゃ 色覚検査 (4年希望者,他学年も可)	

【健康診断のルール】

- ◆ 自分の番になったら「〇〇 〇〇です。よろしくお願いします」、
終わったら「ありがとうございました」とあいさつをすること
- ◆ 自分の番になるまでしゃべらないで待つこと
ルールを守って健康診断を受けましょう!

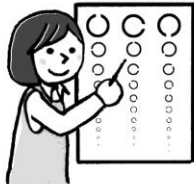


視力検査の受け方

教室で座っている席から黒板の文字が読めるかなど、学校生活で困ることがないかどうか視力を調べます。

〈検査のやりかた〉

- ①床にはられた線のところに立ちます。
- ②はじめに左目を遮眼器で軽くおおいます。右目の視力から調べます。
- ③先生にしめされたランドルト環という輪っかの切れている方向を答えます。わからないときは「わかりません」といいます。
- ④次に右目をおおい、左目の視力を調べます。



何て言ってる? 歯科検診

歯科検診用語の意味を知っておこう♪



現在歯
治療の必要のない健康な歯



〇 処置歯
治療が済んでいる歯



△ 喪失歯 (永久歯)
永久歯がなくなった状態

CO 要観察歯
むし歯になりそうな歯

GO 歯周疾患要観察者
軽い歯肉の炎症がある

× 要注意乳歯
抜くかどうか相談が必要な乳歯

保護者の方へ

・定期健康診断検査結果のお知らせについて

健康診断の結果、受診が必要なお子さんにつきましては随時**検査結果のお知らせ**を配布しております。お手数をおかけしますが、検査結果のお知らせを受け取った場合は受診していただき、検査結果のお知らせの下部にあります受診結果報告書を病院で書いていただいた上で、再度学校に提出していただきますようお願い申し上げます。

健康診断がすべて終了しましたら、健康診断全体の結果を**健康カード**に添付してお知らせする予定です。

・色覚検査について

23日(火)に色覚検査を行います。1日(月)に4年生全員に**希望申込書**をお渡しするので、ご記入の上12日(金)までに学校に提出するようお願いいたします。他学年のお子さん也希望があれば希望申込書をお渡しいたしますので、保健室までご連絡ください。

・学校での怪我について

誰かにぶつかった・物に当たった等の怪我が増えております。学校でも怪我の未然防止に努めてまいります。お子さんが首から上(頭部や顔)を怪我してしまった場合は、**担任または養護教諭から電話で連絡**をさせていただきますのでご了承ください。

・学校での服装について

この時期は気温の変化が大きく、1日の中でも朝夕は涼しくても日中暑くなる場合があります。毎日の気温の変化に合わせて、**セーター**など調節しやすい服装での登校をお願いいたします。