

のびのび 4月号

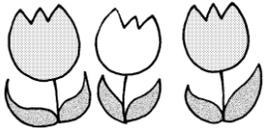
★鹿屋市立古江小学校 保健だより★ H.24.4.19発行

保健目標 ☆ 生活のリズムを作り、よい習慣を身に付けよう!

歯の目標 ☆ 歯や口の健康についてめあてを立てよう!

今やろう!!
心と体によいことを!!

早寝・早起き・朝ご飯



ご入学・ご進級おめでとうございます。

春の訪れとともに、新年度が始まりました。木々は芽ぶき、草花たちはいっせいに花開き、まるで新年度の始まりを祝ってくれているようです。この「保健だより」では、学校の保健行事のほか、健康についてみなさんといっしょに考えたり、元気にすごすために大切なことを知らせたりしていきたいと思っています。お家の人といっしょに読んでくださいね。

春の訪れとともに、新年度が始まりました。木々は芽ぶき、草花たちはいっせいに花開き、まるで新年度の始まりを祝ってくれているようです。この「保健だより」では、学校の保健行事のほか、健康についてみなさんといっしょに考えたり、元気にすごすために大切なことを知らせたりしていきたいと思っています。お家の人といっしょに読んでくださいね。

★健診でお世話になる先生方★

内科健診：徳田 元 先生 (徳田脳神経外科病院)
眼科健診：今釜 秀一 先生 (いまがま眼科医院)
耳鼻科健診：柳井谷 巧 先生 (柳井谷耳鼻咽喉頭科医院)
歯科健診：島田 良光 先生 (島田歯科)



はじめまして!! みなさんが自分のからだや健康を知り、元気にすくすく成長していくのをお手伝いする、保健室の「大山由香利」です。よろしくお願ひします。



健康診断がはじまりました! 4・5月保健行事

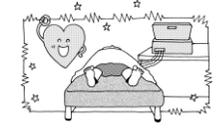
月	火	水	木	金
16 ★検尿1次(腎臓検診) 容器配布	17 ★検尿1次(腎臓検診) 提出日(1日目)	18 ★検尿1次(腎臓検診) 提出日(2日目) ★心臓検診(1年生のみ)	19 	20
23 	24 ★内科健診	25 	26 	27
30 振替休日	5/1 	2 	3 憲法記念日	4 みどりの日
7 ★耳鼻科検診の 問診票配布	8 	9 ★検尿2次(腎臓検診) 容器の配布	10 ★検尿2次(腎臓検診) 提出日(1日目)	11 ★検尿2次(腎臓検診) 提出日(2日目) ★耳鼻科検診
14 	15 	16 ★歯科検診	17 	18 ★眼科検診

これから、たくさんの検診があります。ご協力をお願いします。
また、検診によっては問診票の提出もあります。もれなく記入して早めにいただけるとありがたいです。よろしくお願ひします。

流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)が流行っています!!

流行性耳下腺炎は第二種感染症です。耳の後ろが痛い、腫れていると思ったら、すぐに病院へ行きましょう。流行性耳下腺炎と診断されたら、出席停止となります。出席停止の期間は「耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで」となっていますので、学校までご連絡ください。よろしくお願ひします。

どんな健診があるのかな？何のためにするのか？

<p>身長</p> <p>背の高さを はかります。</p> 	<p>体重</p> <p>体の重さを はかります。</p> 	<p>座高</p> <p>座ったとき の高さを はかります。</p> 
<p>視力検査</p> <p>目の見る 力をけん さします。</p> 	<p>聴力検査</p> <p>耳のきく力をけん さします。</p> 	<p>ぎょう虫検査</p> <p>ぎょう虫の 有無をけん さします。</p> 
<p>検尿 (腎臓健診)</p> <p>腎臓が元気にはたら いているかどうかを 調べます。</p> 	<p>心臓健診</p> <p>心臓が元気にはたら いているかどうかを 調べます。</p> 	<p>内科健診</p> <p>内臓や骨などの異常 についてけんさしま す。</p> 
<p>耳鼻科健診</p> <p>耳や鼻の病気、その 他の異常について けん診します。</p> 	<p>歯科健診</p> <p>むし歯やその他の異 常についてけん診し ます。</p> 	<p>眼科健診</p> <p>目の病気などについ てけん診します。</p> 

健診のときに気を付けることって何だろう？



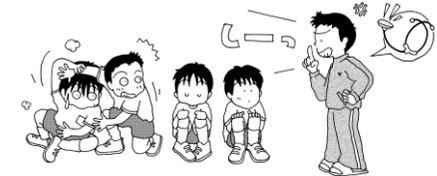
◎健診の前日は
入浴して清潔に！



◎つめをきちんと
切っておきましょう。



◎待っている間は静かに！



◎歯科健診の前は、
歯を磨いておこう！



◎耳鼻科健診の前日は
耳をきれいにしておこう！



◎名前を呼ばれたらはっきりと
返事をしましょう。



最近、休み時間後や、トイレから出てきて手を洗った後に、ハンカチがなくて手をパタパタ振って水をきったり、そのまま洋服でふいてしまったりするお友達を見かけます。

水がついたままの手や洋服でふいてしまった手にはバイ菌がたくさんついて、せっかく洗ったのに意味がなくなってしまう。そのままご飯を食べるとバイ菌も口の中に入ってかぜなどをひきやすくなります。

毎日、きれいなハンカチやタオルを持つようにしましょう。



