



ほけんだより



令和5年5月15日
台東区立金亀小学校

～定期健康診断が始まっています～

「ほけんだより 4月号」でお知らせしたとおり、定期健康診断が始まっています。健診後、受診や治療が必要な場合は検査結果をお渡ししています。診断内容によっては、再度受診をしていただかないと、夏季水泳指導や、宿泊行事に参加できなくなってしまう場合もありますので、受診していただくようご協力をお願いいたします。

また、健診当日欠席してしまい振替の健診も受けられなかったお子さんにも、欠席者健診受診のお知らせをお渡ししてまいりますので、各ご家庭で受診をお願いいたします。



視力検査について



学校で行う視力検査は、あくまでスクリーニングとして行っています。台東区内の小学生は東京都の平均と比べても視力が低い傾向にあるという実態があることから、視力低下の早期発見を目的とし、どちらか片方でも1.0未満（B以下）であると判断されるお子さんに関して、受診勧告書「視力検査 結果のお知らせ」を配布しております。

お時間のあるときに、受診をしていただくよう、ご協力をお願いいたします。（眼鏡を使用しているお子さんや、かかりつけ医に受診中のお子さんも同様です。次回受診の際に主治医の先生にご相談ください。）

街並みでも確認できます！

お子様がどれくらいみえているのか、普段のお出かけでも確認することが可能です。遠くの看板などを「あれは何で書いてある？」と何気なく聞いてみてください。意外と見えていないことがあるかもしれません。（校医より）



生活ふりかえりカードが始まっています

今年度も子供たちが生活リズムを意識し、健康に過ごせるよう生活ふりかえりカードに取り組みます。第1回目の実施期間は5月9日(火)～15日(月)です。期間終了後、お子さんにご家庭に感想や反省をご記入いただきます。ご協力よろしく申し上げます。

うわばきのサイズ、あっていますか？



新年度が始まるにあたって、うわばきを新しくしてくださったご家庭も多いと思います。しかし子供たちの履き替えを見ているとサイズが大きすぎたり、小さくなってかかとを踏んでいた様子が見られます。サイズの合わない靴は、けがの原因となったり、緊急時の避難の際に危険を伴ったりします。今一度、ご家庭でサイズの確認をお願いします。



保健室でできること



●けがの応急手当

軽い傷の応急手当を行います。けがの程度が重い場合は、ご家庭に連絡し医療機関を受診していただけます。保健室で手当を行った場合も、けがの状態により必要に応じて医療機関を受診してください。

なお、けがの手当ては原則登校から下校までの間に発生した事故でのけがに限ります。継続的な「治療」は保健室では行えません。

●一時的な休養

体温を測ったり、熱中症のような症状の場合に一時的に休養をすることが可能です。しかし、登校直後の体調不良や、頭痛、発熱、嘔吐、下痢の症状が見られる場合は、保護者の方にお迎えをお願いしています。ご理解とご協力をお願いいたします。

●心やからだに関する相談

学校生活を送っていると、悩みや不安はつきものです。誰かに話すことで、少し気持ちが楽になるかもしれません。お子様本人だけでなく、保護者の方の相談もお受けいたします。また、スクールカウンセラーにカウンセリングを予約することもできます。何か心配なことがございましたら、お気軽にお声がけください。



こんなときは保健室へ行きましょう



けがをした



いた痛いところがある
(頭やおなかなど)



からだの
し 知りたいことがある



気分が悪くなった
はきそう



なやんでいることがある

保健室に行く前には、先生に伝えましょう。



先生に伝える

ポイント



◎けがの場合

「いつ」(例：昼休みに)

「どこで」(例：校庭で)

「何をしていた」

(例：てんかをしていて)

「どうしたのか」

(例：ころんだ)

◎病気の場合

「いつから」(例：朝から)

「どこが」(例：頭が)

「どんな感じ」(例：痛い)