

ほけんだより5月



新緑が気持ちのいい季節になりましたね。毎日元気に過ごしていますか？

5月になると、なんとなく「だるい」「あたまがいたい」「つかれている」という人が多くなってきます。また、こんな時はけがもしやすくなります。はやね、はやおき、朝ごはんをこころがけ、元気にすごしましょう。

◆◆健康診断が続きます！◆◆

<5月の健康診断>

5月 8日（月） 内科検診（1・2・3年生）

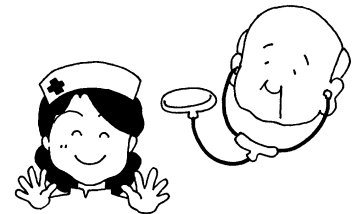
5月10日（水） 眼科検診（1年生）

5月10日（水） 尿検査予備日（該当者）

5月26日（金） 心電図検査（1年生）

<6月の健康診断>

6月 7日（水） 脊柱側弯症検診（5年生）



◎健康診断の結果、異常のあった場合は「結果のお知らせ」を配付します。

（歯科検診は異常なしの場合も配付しました。）

「結果のお知らせ」が渡されましたら医療機関を受診し、学校へ「連絡票」を提出してください。すでに治療済み、治療中の場合はその旨を保護者が記入し、提出してください。

学校で行われる検診はスクリーニングですので、医療機関で行われる精密な検査結果と異なる場合もありますが、その際は主治医の指示に従ってください。

☆視力検査結果について☆

視力検査の結果、B以下の児童を対象に再検査を行っています。

再検査の結果、B以下の児童には「結果のお知らせ」を配付します。

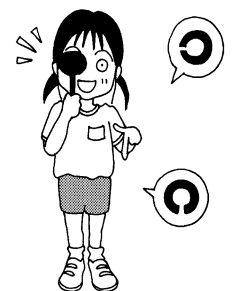
1年生は5月10日に眼科検診があります。異常のあった場合は、眼科検診結果と併せて配付となりますので、ご了承ください。

また、B（0.7）の時には視力低下は気にならないようですが、C（0.3）になると、「見づらい」と意識するようです。

「Bの時に、家族で話し合い、テレビの時間を短くしたり、暗いところで本を読むのをやめたりしたら、またA（1.0）に戻った。」という話も聞いたことがあります。

子どもの目は眼球の大きさや形とともに、見る機能や眼を動かす機能も発育途上です。小学校の6年間は心身ともに大きく成長するとても大切な時期です。「学習するときの姿勢」「机の上の明るさ」「前髪の長さ」「テレビやゲームの時間」などが視力の低下と大きく関係します。

ご家庭でも、今一度日常の生活を見直してみてください。



5月8日より、新型コロナウイルス感染症の位置付けが

「2類相当」から「5類」へ移行されました。

「感染症法上の位置付け変更後の療養に関するQ&A」について、一部抜粋したものをお知らせします。詳しくは、厚生労働省HPをご覧ください。

Q：新型コロナウイルス感染症にかかったら、どのくらいの期間外出を控えればよいのでしょうか？

A：＜外出を控えることが推奨される期間＞

特に発症後5日間は他人に関与させるリスクが高いことから、発症日を0日目として**5日間は外出を控えること**、かつ、5日目に症状が続いていた場合は、～（省略）。

Q：「濃厚接触者」の取り扱いはどのようになりますか？

A：一般に保健所から特定されることはありません。～（省略）。

Q：新型コロナウイルス感染症は、他の人にうつすリスクはどれくらいありますか？

A：鼻やのどからのウイルス排出期間の長さに個人差がありますが、発症2日前から発症後7～10日間は感染性のウイルスを排出しているといわれています。～（省略）
特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことに注意してください。

○毎日の「健康観察カード」の記入に長い間ご協力いただきありがとうございました。カードの提出は終了しますが、ご家庭でも引き続き、お子さまの体調管理に努めていただけますようお願いいたします。

○今後も水分補給は随時するように声をかけていきます。

水筒は、毎日持たせていただきますようお願いいたします。

※熱中症は気温などの環境条件だけではなく、体調や暑さに対する慣れも影響します。気温が高くない時でも、湿度が高い日や風が弱い日、体が暑さに慣れていない時は、注意が必要です。



～保健室から～

○新年度、保健給食委員会も新しいメンバーに変わりました。4年生は初めての委員会活動。トレット・パ-と石けんの補充が日常の活動です。ある日の下校時、4年生の子が「明日、当番の子がお休みなので、友達と分担して代わりにやります。」とってくれました。大人に言われたからではなく、気づいて行動に移すことができる姿に、本当にびっくりさせられました。少しずつしっかり成長しているなと感じた嬉しい出来事でした。

○4月から、1年生のお世話を6年生がしてくれています。朝の登校時に昇降口で迎えて、朝の支度を手伝って、読み聞かせをして、休み時間は一緒に遊んで、給食の手伝いをして…。1年生と手をつないでいる6年生の笑顔が、とても印象的な4月でした。

○緊張していた4月、ふと落ち着くと少し疲れたなと感じることもあるかもしれません。子どもたちへは「心配なことや不安なことがある場合は、家の人や先生に相談する。」と話をしていきます。今年度もSC（村松励先生）が来校します。児童の相談だけでなく、保護者の方の相談もできます。予約制ですので、ご希望のある場合は、校長または養護教諭へご連絡ください。5月のSC来校日は11日（木）・25日（木）です。

