

ほけんだより

令和3年5月6日
木浦小学校 保健室

新年度が始まり1か月が経ちました。子供たちは学校に慣れてくる頃です。慣れてきた頃に、けがや病気をしないようにしていきましょう。また、気温も上昇してきて、汗をかく時期になってきました。こまめに汗を拭きとったり下着を替えたりして、体の清潔を保って過ごすようにしましょう。



5月の健康診断について

心臓検診: 5月10日(月) 内科検診: 5月13日(木)
尿検査: 5月21日(金)

1 心臓検診について

心臓検診の対象は1年生と4年生です。会場は能生小学校です。職員が引率をして、学校からバスに乗って向かいます。

☆検診日までに、子供と一緒に、下記の呼吸方法を練習してください。

検査の際に必要なになります。

息を“吸って” → “吐いて” → “吸って” → “吐いて” → “10秒止める”

心電図検査ってなあに？

心電図検査では、心臓の動きや様子を調べます。
次の注意を読んで、正しく検査を受けましょう。

心電図検査の受け方



- ①はだしになって、ベッドに横になります。
- ②胸、手、足首に器具をつけてもらいます。
- ③検査中は、体の力を抜いて、リラックスしましょう。
(緊張していると、正確に検査することができません)

こんなことに注意しよう

- 検査を受ける前のアンケートは、正確に書きましょう。
- 検査の前に、走ったり激しい運動をしたりしてはいけません。
- ベッドはカーテンなどで仕切り、上半身にタオルをかけます。脱いだり着たりしやすい体操服に着替えます。
- 順番を待っているときは、静かにしましょう。



2 内科検診

定期健康診断の内科検診は、水泳前の健康診断を兼ねています。それに伴い、水泳授業の健康調査票を配付しました。水泳授業の参加の有無や、水泳授業において学校医に相談したいこと、学校に配慮してほしいことを、具体的に御記入ください。締切は、5月12日(水)です。連絡用封筒に入れて御提出ください。よろしくお祈いします。

3 尿検査

尿検査は5月21日(金)の朝の尿を採って、学校に御提出ください。容器等は、前日の5月20日(木)に配付します。その際に、尿検査の方法も再度お知らせいたします。



生活習慣強調旬間が始まります

5月28日(金)から6月6日(日)まで、生活習慣強調旬間になります。その期間は、普段どおりの生活ではなく、普段よりも子供の生活習慣を整えて過ごすようにしてください。

また、期間中、能生中学校区共通の「かがやきカード」と、毎日御記入いただいている「健康観察カード」を使って、生活習慣の記録を行ってください。カードは後日配付します。記入方法なども、再度お知らせいたします。よろしくお祈いします。

