

# ほけんだより

平成30年5月  
弥富市立栄南小学校 保健室

## ちょっと…つかれてきているかな？

新学期が始まって、1か月がたちました。新しい環境には慣れましたか？でも、そろそろつかれがはじめる時ですね。連休中に気分転換をして休み明けに備えましょう。5月になりましたが、暑くなって汗をかき日があると思ったら、長そでの服を着ていても寒い日もあります。体温調節ができるように、上着をもってくるといいですね。

## 5月 ほけんもくひょう **身のまわりを清潔にしよう**

いま、あなたのポケットには〇〇が入っているかな？



保健室に来る人たちに「ハンカチ持っていますか？」と聞くと「忘れました。」「教室です。」と答える人がたくさんいます。また、鼻水が出ているのにティッシュを忘れている人も…。

ハンカチは手を洗ってふくとき、ティッシュは鼻をかんだりよごれをふいたりするときなどに必要です。

毎日使うものです。朝、学校に来る前にチェックして、必ず持ってきて身につけるようにしましょう。

## 5月のほけん行事予定

月日	予定	対象	注意すること・備考
5/1(火)	心電図検査	1・4年	9:00～保健室 ※問診票あり 長い靴下、タイツなどの着用はさける。
	血液検査	5年	
5/10(木)	歯科検診	全員	9:00～保健室 ※事前アンケートあり。 朝しっかりと歯みがきをしてくる。
	内科検診	3・4・5年	13:45～保健室 ※問診票あり ※4・5年生は野外活動事前健診をかねる。
5/11(金)	耳鼻科検診	対象者	14:00～保健室 ※事前アンケートあり 耳そうじをしてくる。
5/28(月)	眼科検診	1年+対象者	14:00～保健室 ※事前アンケートあり 前髪が長い人はピンでとめてくる。

## けんこうしんだん けっか 健康診断の結果

身長・体重測定の結果をお知らせします。  
(左の表は学年の平均値です。)

		身長	体重
1年	男	115. 2cm	20. 7kg
	女	116. 7cm	21. 6kg
2年	男	119. 9cm	21. 5kg
	女	120. 8cm	22. 2kg
3年	男	128. 3cm	24. 9kg
	女	128. 3cm	26. 6kg
4年	男	133. 8cm	29. 5kg
	女	130. 7cm	29. 6kg
5年	男	143. 0cm	33. 0kg
	女	141. 9cm	34. 1kg
6年	男	151. 0cm	43. 3kg
	女	144. 7cm	36. 2kg

### ○ 身体測定の結果

4月に行った身体測定の平均値です。  
成長には個人差があります。平均より  
「身長が低い」「体重が重い」ではなく、  
『バランスよく成長しているかどうか』が  
1番大切です。

そのためには、好き嫌いせずにご飯を食  
べ、日中はたくさん運動して、十分な睡眠  
を取りましょう。



## ましん りゅうこう 麻疹 (はしか) 流行

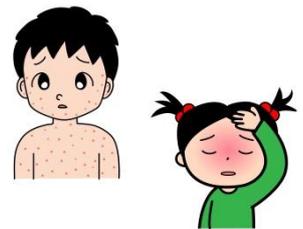
沖縄県で流行中の麻疹 (はしか) ですが、愛知県内でも発症がありました。麻疹は大変感染力が強く、連休中に出かけた先で、かかるおそれがあります。平成2年以降に生まれた方の多くは免疫をもっていますが、それ以前に生まれた方は、免疫が十分でない可能性があります。これまで麻疹にかかったことがない、又は2回の予防接種をされていない方は、抗体検査か予防接種をされることをおすすめします。

### ましん しょうじょう 麻疹の症状

- 38度～39度以上の発熱
- 発疹、口の中の白い斑点
- 結膜炎
- 咳、鼻水、のどの痛み など

### かんせんけいろ 感染経路

- 空気感染
- 飛沫感染
- 接触感染



## 保護者の皆様へ

☆ 4月から健康診断を進めています。その結果、何か病気や異常が見つかった人や病気の疑いがある人には、書面でお知らせをします。はやめに専門医へ受診をし、結果報告書を学校へ提出してください。受診時に「異常なし」と診断されることもあります。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

☆ 検診前のアンケートや結果のお知らせなどを渡す時に、個人情報保護の観点から、中身の見えない保健ファイルを使用しています。健康診断の期間はファイルをよく使いますので、お知らせを受け取った後はなるべく早く学校へ持たせてください。