

# ほけんだより げんきくん

富田林市立寺池台小学校 保健室 №2



## 気温の変化と疲れによるかぜ？

新学期の緊張(きんちょう)と疲(つか)れの出るこの時期に加え日々の温度差と朝夕の温度差で体調をくずしている人が増えてきました。お腹のかぜでもどしたり、げりしている人や発熱での欠席者もふえてきましたので次のような事に気をつけてください。

- 早く休み、睡眠を十分にとる(体調回復)
- 好き嫌いなく何でも食べる(栄養で体力)
- うがいや石けんによる手洗い(ウィルス・ばい菌を除去)
- 咳エチケットでマスク使用(予防にもマスク)

今回は定期健康診断の視力検査結果のお知らせです。

(眼科検診結果のお知らせと一緒に視力検査結果も配布)

裸眼視力(めがねなし)が「B(視力0.9~0.7)」「C(0.6~0.3)」「D(0.3未満)」、矯正視力(めがね)が片方でも(C)だった人には「お知らせ用紙」をお渡ししました。矯正視力は両目で視力が出る場合や経過観察中もありますが、「結果のお知らせ」ですので **観察中の場合は受診の必要はありません。**(次回受診時に記入してもらってください)

視力はその日の天候や眼の疲れによって変わることもありますので、今回はじめてB以下に低下した人には再検査後にお知らせするようにしています。(2回検査後に配付)

視力が低下する原因には、近視・遠視・乱視・弱視・調節けいれんなど色々あります。原因によっては、適切な時期に治療を受けることで回復するものもあります。

\* 学校での視力検査は、早期発見を目的として1.0・0.7・0.3の三段階でチェックする方法でクラスごとに保健室で行っています。眼科医で専門的に詳しくしらべてもらうと「1.0正視」と報告される場合もあります。(ご理解をお願いします)

おうちの方へ

## 5.6月のほけん行事

- 11(月):聴力検査(5年)
- 12(火):聴力検査(4年)
- 13(水):聴力検査(3年)
- 14(木):聴力検査(2年)
- 15(金):内科検診(全学年)1:00~  
検尿容器配布(全学年)
- 18(月):聴力検査(1年)  
検尿提出日
- 19(火):耳鼻科検診(1・4年)  
みみ わす  
**\* 耳そうじ忘れずに!**  
検尿回収予備日(忘れた人)
- 27(水):ぎょう虫再検査(対象者)
- 29(金):心臓二次検査(対象者)10:30~
- 6/2(火):検尿二次(対象者)  
8(月):検尿二次予備日(忘れた人)
- 18(木):歯科検診(全学年)9:00~  
は わす  
**\* 歯みがき忘れずに!**
- 26(水):胸部X線(対象者)9:00~

まだまだ健康診断がつづきま



## 子どもの成長と目

子どもの目は成長とともに大きくなり、長さ(眼軸長)も伸びて、ピントの状態が変わっていきます。このため、小さな子どもは基本的に遠視であり、眼軸長が伸びるに従って遠視が減少して正視となり、場合によっては、さらに伸びて近視へと発展するわけです。

## おうちの方へ

学校で行う健康診断は、集団検診のため、疑わしい場合はすべてチェックするやり方です。(スクーリングと言って病気の疑いのあるものを選び出す方法です。)専門医で詳しくしらべてもらった結果と学校の結果と違う場合もあるのはそのためです。

検尿結果や視力検査結果は「経過観察中」とわかっている場合にも結果はお知らせします。健康診断がおわると結果をお知らせしますので、ご理解・ご協力をお願いします。

また、検診(眼科・耳鼻科)欠席の場合は学校医に家庭より検診に行っていただくお知らせのプリントを配布します。内科・歯科検診欠席の場合は学校より引率します。