

げんき



狭山市立入間川東小学校
R5年5月号
保健室発行



5月の保健行事



10日(水)	歯科健診問診票配布	全学年	12日(金)までに提出してください。
11日(木)	眼科検診 14:00~	全学年	学校医 小山内卓哉先生による健診です。 メガネをかけている人は順番が近づいたら外しましょう。下まぶたを自分で下げてね!
18日(木)	心電図検査 9:00~	1年生 <small>昨年度未実施の2年生</small>	心臓の動きを調べる検査です。横になって胸と手足に器具をつけます。体の力を抜いてリラックスして受けましょう。
22日(月)	結核健康診断問診票配布	全学年	24日(水)までに提出してください。
25日(木)	歯科健診 9:00~	全学年	学校歯科医 黒米健治先生、関屋高光先生による健診です。おし歯の有無や歯並び、歯肉の状態などをみます。登校前、しっかり歯をみがいてきましょう。

健康診断で わかること。わからないこと。

わかること

- ・体に病気や異常はないか
- ・バランスよく成長できているか



わからないこと

- ・病名 ・治療法
- ・視力や聴力の正確な数値

受診報告書の提出をお願いします

健康診断の結果、学校医より指示があった人に「お知らせ」を配布します。受診が終了したら、切り取り線より下の受診報告書を担任へご提出ください。アレルギー性の疾患や歯科矯正など、定期的に受診をしている場合は、保護者がその旨を受診報告書に記入し提出してください。

歯ブラシ・コップを

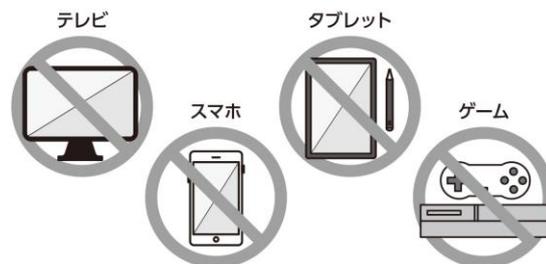
忘れずに持ってきましょう!

給食後の歯みがきを実施しています。(1年生は5月頃から始める予定です。)

歯ブラシとコップを毎日持たせてください。歯ブラシとコップは毎日持ち帰りますので、家でよく洗ってください。(歯ブラシは乾燥させると衛生的です。)



メディアコントロールをしよう



メディアの画面から出る光は、眠りの質を悪くします。
ぐっすり眠るためにも、寝る1時間前*にはしっかり「OFF」!

*日本眼科協会 HP 「こどもの目」より