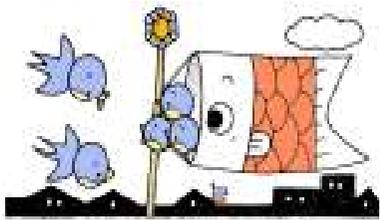


関岡小学校ほけんだより

いのち

☆いきいき のびのび ちからいっぱい☆
平成25年5月1日
文責 穴沢 友美



給食の準備・後片付けもバッチリ!!

給食が始まって約1ヶ月が経とうとしています。1年生も白衣に着替え、自分の給食を自分でテーブルまで運びます。慣れるまでは2~6年生より少し早めに給食の準備をしていましたが、昨日からは2年生以上のお兄さんお姉さんと一緒に準備・会食・後片付けをしています。



5月は8日(水)に歯科検診、9日(木)に集団検診を実施いたします。本日、尿検査・ぎょう虫卵検査の検査キットをお渡しいたしました。今年度から尿検査の採尿方法が変更となりました。検査方法を確認し、忘れないように提出してください。

◇◇ おうちの方へ ◇◇

各健康診断が終わった時点で、専門医の診察が必要なお子さんに「結果のお知らせ」を配付しています。

もし、病気やむし歯が見つかった場合には、できるだけ早めに専門医で診察を受けてください。また、受診が終わりましたら、受診報告書を忘れずに学校へ提出してください。

校医の先生方をご紹介します

内科：木村芳朗先生 (木村医院)
歯科：古張 武先生 (古張歯科医院)
薬剤師：金澤雅代先生 (金澤医院)



健康診断や健康相談、環境衛生検査などでお世話になります。

「ことば」がわかればもっと楽しい!

健康診断の目的は、自分のからだの様子を知って、普段の生活の中に役立てていくことにあります。でも、健康診断でお医者さんが使うことばは難しいし、結果のお知らせをもらっても記号が多くて子どもたちにもわかりにくいかと思えます。そこで、健康診断で使われることばについてお知らせします。

歯科検診のアルファベットは

C(シー) 未処置のむし歯
O(オー) 処置をしたむし歯
CO(シーオー) 要観察歯(むし歯になりそうな歯)
G(ジー) 歯肉の定期観察が必要(歯石(+)) 歯肉炎(-)
GO(ジーオー) 歯肉の治療が必要(歯石(+)) 歯肉炎(+)
を、あらわしています。

元気そうだけど...でもでも...

新学期が始まって約1ヶ月。新しいクラス、新しい学習内容、新しい委員会、運動会の練習...と日々めまぐるしく1ヶ月が過ぎていきました。子どもたちの中にはちょっと体調を崩してしまったお子さんもみられます。また、季節の変わり目も重なって体調を崩しやすくなります。規則正しい生活を心がけ、楽しく充実した生活が送れるようご配慮ください。連休明けからは本格的に運動会の練習が始まります。

早寝→早起き→身じたく→朝ごはん→歯みがき→排泄→登校

の基礎的な生活習慣を確立していただき、年間を通してこの習慣を継続していくことが、子どもたちへの健康な生活へとつながっていきます。

朝、しなければならぬことや、登校班の集合時間は決まっています。ゆっくりと朝ごはんを食べるには、何時に寝て、何時に起きるのがよいのか、おうちで話し合いをもたれることも効果的かと思えます。

事故・ケガのない楽しい連休を!!

視力検査のA・B・C・Dは おおよその視力をあらわします

A 1.0以上 C 0.3~0.6
B 0.7~0.9 D 0.2以下



普段の生活で困ることはほとんどありませんが、視力が下がってこないかときどきチェックするといいですよ。

文字や物、人の顔などが見えにくくて、困っていることはありませんか?眼科で詳しい検査を受け、原因を調べるとよいでしょう。

