

# \* ほけんだより \* 5月 \*

みさき小学校  
5月 第3号  
R5.5.1

5月の保健目標は「身の回りをせいけつにしよう」です。「歯みがきってめんどくさい」「見た目、よごれていないから、手をあらわなくていいよね」…こんなふうに考えている人はいませんか。歯みがき・手洗い・つめ切りなど、身の回りをせいけつに保つことは、とても大切です。せいけつにすることで、いろいろなことの予防につながります。

## クイズ！ なん よぼう 何の予防になるのでしょうか？

にあてはまるひらがなをかんがえましょう。答えは裏面にあります。



歯みがき

む〇〇 予防



手洗い

〇 ぜ 予防



手足のつめきり

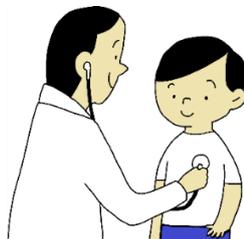
〇 が 予防

### ないかけんしん 内科健診

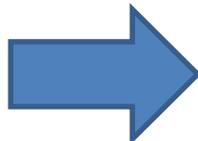
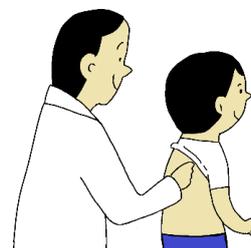
5/12(金)…全学年 ★体操服で行います。

※1～3年生の日程が変更になりました。

① 聴診器で心臓や肺の音を聞く



② 背中を見る (よい姿勢で立とう)



しかけんしん  
**歯科健診**

ぜんがくねん  
**5/26(金)…全学年**

あさ は  
★朝、ていねいに歯みがきしてきてください。

① イソジンうがい薬でぐちゅぐちゅうがい・がらがらうがいをする。

② ひせっしょく型体温計で体温を測る。

③ ベッドで横になり、歯科医さんにみてもらう。

★アレルギー等でイソジンが使えない人は、

いえ か ぐすり も  
家から代わりのうがい薬を持ってきてください。



<おうちの方へ> **健康診断について**

- 異常や疑いのある場合に、個別に通知します。
- 早めに専門医の治療を受け、結果を学校までお知らせください。
- すでに継続して治療を受けている場合は、その旨を検査結果票に書いてお知らせください。
- 視力検査のお知らせは、C (0.6~0.3) とD (0.3未満) のお子様に「治療のお勧め」を配付します。B (0.9~0.7) のお子様にもお知らせを配付しますが、ご家庭で経過観察をしていただき、必要があれば、眼科を受診してください。
- 学校で行う健康診断は「スクリーニング」といって、疑わしいと思われる人を選び出すものです。そのため、病院で詳しく診てもらった結果、「異常なし」と診断されることもあります。
- 色覚検査については、ご希望に応じて、随時実施しています。色間違い等、気になることがありましたら、いつでもご相談ください。



**保健調査票や問診票等、さまざまな書類の提出にご協力いただき、ありがとうございました。**



<クイズの答え> ● 歯みがき→むしば予防 ● 手あらい→かぜ予防 ● つめ切り→けが予防