

ほけんだより

呉市立広南小学校 保健室

がんかけんしん
眼科検診

5月31日(木) 14:00~

★何を調べるの？

眼に病気や異常がないかを調べます。

●受けかた●

眼科検診を受ける前に…
前がみの長い人はいませんか？

目にかからないように、きちんととめるか、切っておきましょう！

目の前にかみの毛がちらついていると視力がおちてくることがあるので気をつけましょう。

検査を受けるときは…
先生の顔を見るようにしましょう。
先生が目をみてくれます。

ちょっとまがしいよ

おかげがいます！

みつかる病気の例

結膜炎

目やにがたくさんで、目がゴロゴロする、まぶたの裏にプツプツができるなどの症状があります。
原因は、ウイルスやアレルギーなどさまざまです。



角膜炎

まぶたが炎症を起こしている状態です。かゆみが強く、赤くなり、腫れることもあります。ほおっておいても治ることはありません。きちんと眼科へ行きましょう。



毎日“清潔”なハンカチを使おう

指導 神奈川工科大学 客員教授 上田 成子 先生

ハンカチには、手洗いのときだけではなく、汗をふいたり、せきやくしゃみが出たときに口をおさえたりするなど、さまざまな役割があります。

1日使ったハンカチには、自には臭えませんが、たくさんの細菌がついているので、毎朝、清潔なハンカチを持ってくるようにしましょう。清潔なハンカチを身につけると、病気を防いだり、気持ち良く過ごすことができたりします。

ハンカチの役割

手洗いの後

このようなときに手を洗いましょう

- ・トイレの後
- ・食事の前
- ・外で活動した後
- ・掃除をした後
- ・動物を触った後

汗をかいたとき

せきやくしゃみが出たとき

けがをしたとき

清潔なガーゼがあるときは、ガーゼで出血した部分をおおきましょう。

火事起きたときや避難訓練のとき

ハンカチにはさまざまな役割があります。必ず清潔なハンカチを持っておくようにしましょう。

毎日新しいハンカチに取り替えよう

「家に帰ったら、ポケットやかばんに入っているハンカチを洗濯に出す」という習慣を身につけましょう。

➔

次の日の朝、清潔なハンカチを持って登校しましょう。また、ハンカチと一緒にティッシュも持っていきましょう。