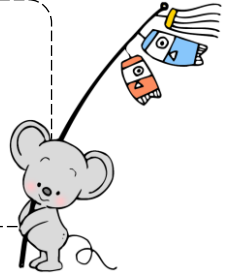


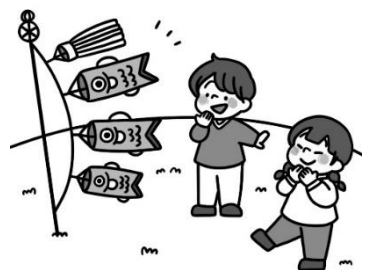
ほけんだより

令和5年5月
両城小学校
保健室発行
No.2



新しい学年になって1か月がたちました。新しい学年には慣れましたか？4月は初めてのことがたくさんあって、たくさん緊張したかもしれませんね。体がだんだんつかれていませんか？

これから夏に向けて、少しずつ暑くなります。今のうちに暑さに慣れておくことが熱中症を予防するポイントです。外で元気に遊んでください。



5月の保健目標：規則正しい生活をしよう。

朝起きる時間、夜寝る時間、ゲームやテレビをやめる時間、守れていますか？両城小の今年度の目標は、「週5日以上、早寝のできた児童が80%を超えること」です。早寝ができていない人は、おうちの人と協力して、早く寝る習慣を付けましょう。

「習い事があるから早く寝られない！」という人がいますが、ある学年で調べると、習いごとからおうちに帰ってから、テレビをゆっくり見たり、ゲームをしているようです。習いごとがあつて帰るのが遅くなった日は、おうちに帰ってからはすぐに寝る準備を始めましょう。

<p>お 起きる時間</p>	<p>両城小学校の児童は、学校へ行く日も休みの日も7時までに起きます。</p>
<p>ね 寝る時間</p>	<p>1・2年生は9時までに寝ます。 3・4年生は9時30分までに寝ます。 5・6年生は10時までに寝ます。</p>
<p>ね まえ 寝る前</p>	<p>寝る1時間前には、テレビやゲーム、スマートフォン、タブレットの明るい光は見ません。</p>

けんこうしんだん

健康診断がはじまっています

がつとおか がつ にち しんたいそくてい しりよくけんさ ちようりよくけんさ しきかくけんさ おこな
4月10日～4月21日まで、身体測定、視力検査、聴力検査、色覚検査を行いました。

しんたいそくてい
身体測定



ちようりよくけんさ
聴力検査



ほけんしつ つか かた
保健室の使い方についても
おおしたせんせい かくにん
大下先生とつしよに確認を
しました。



しりよくけんさ
視力検査



しりよくけんさ
視力検査では、きちんと消毒済
みつものを使えるよう、遮眼子を
にんすうぶんようい
人数分用意しています。

がつ にち し かのけんしん
4月27日には歯科検診がありました。

し かのけんしん
歯科検診

さんじょうし か やまくちせんせい
三条歯科の山口先生が、みてくださいました。

むし ば なお ところのあつたひと は、はいしや
歯や治すところのあつた人は、歯医者さ
んへ行き、みてもらいましょう。



5月の保健行事

- ◆ 5月 9日 全学年 耳鼻科健診
- ◆ 5月 11日 1年生 眼科検診
- ◆ 5月 12日 1年生 心臓検診
- ◆ 5月 30日 全学年 内科健診



ていきけんこうしんだん しんちょう たいじゅう しりょく けっか 定期健康診断 身長・体重・視力の結果

しんちょうへいきん
身長平均(cm)

たいじゅうへいきん
体重平均(kg)

	こうないだんし 校内男子	ぜんこくだんし 全国男子	こうないじょし 校内女子	ぜんこくじょし 全国女子
1年	115.05	116.7	116.44	115.8
2年	121.32	122.6	118.19	121.8
3年	127.68	128.3	130.66	127.6
4年	130.28	133.8	140.16	134.1
5年	141.15	139.3	140.76	140.9
6年	148.83	145.9	147.13	147.3

	こうないだんし 校内男子	ぜんこくだんし 全国男子	こうないじょし 校内女子	ぜんこくじょし 全国女子
1年	21.28	21.7	20.55	21.2
2年	25.13	24.5	21.57	23.9
3年	28.42	27.7	28.99	27.0
4年	27.13	31.3	31.26	30.6
5年	37.61	35.1	34.34	35.0
6年	39.20	39.6	40.72	39.8

しりょく
視力

	にんずう にん 人数(人)	ほんこう 本校(%)	ぜんこく 全国(%)
A 裸眼視力1.0以上	56	45.16	62.22
B 裸眼視力1.0未満0.7以上	25	20.16	11.42
C 裸眼視力0.7未満0.3以上	22	17.74	10.81
D 裸眼視力0.3未満	14	11.29	4.46



きゅうしょく はじめての給食



4月17日は1年生の初めての給食。メニューはハヤシライスとフルーツポンチでした。6年生が給食の配膳をしてくれました。好き嫌いせず、いっぱい食べて、元気に成長してくださいね。

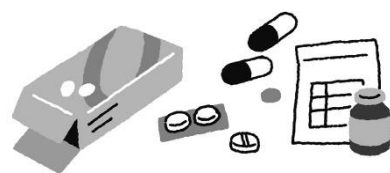


保護者の方へ

学校での服薬について

Q. 学校で薬を飲ませてもらうことはできますか？ 学校薬剤師 大塚先生にも相談しました

以下の3つの条件を満たしており、事前の保護者の具体的な依頼に基づき、医師の処方を受け、あらかじめ薬袋により授与された医薬品について、医師または歯科医師の処方及び薬剤師の服薬指導の上であれば医薬品の使用(①皮膚への軟膏の塗布, ②湿布薬の貼付, ③点眼薬の点眼, ④一包化された内服薬の内服, ⑤肛門からの座薬の挿入, 鼻腔粘膜への薬剤噴霧)の介助が可能です。



- 1 患者の容態が安定していること。
- 2 医師または看護職員による連続的な容態の経過観察が必要ではないこと
- 3 医薬品の使用に関して専門的配慮が必要でない場合

できるだけ、自分で服用できるよう、練習していただきたいですが、もしも、自分で飲めない場合、学校で与薬依頼書を用意しますので、与薬依頼書に記入いただき、薬局でもらった薬の説明書のコピーをご提出ください。条件を満たしていない場合には医療行為であるため、医療用医薬品を教職員が飲ませることができません。学校で医療用医薬品を預かったとしても児童生徒に対して必要時に医療用医薬品を渡し、使用したかどうかの確認しかできないことになっています。

参考:日本学校保健会 学校における医薬品管理マニュアル

サイズが合わなくなった、赤白帽子、体操服を保健室で集めています

保健室では、服が汚れてしまった時、体操服を貸し出しています。また、体操服を忘れてしまった児童にも体操服を貸し出しています。

たくさんの児童に貸し出しをしていることから、貸し出し用の赤白帽子や体操服のほつれがひどくなってきてしまいました。そこで、もしよろしければ、サイズの合わなくなった**赤白帽子**や**体操服**があれば、保健室へ寄付していただきたいです。体操服はサイズが小さくても、**長袖でも半袖**でも差し支えありません。名前が書いてある場合はこちらで消します。ご協力よろしくお願ひします。

