



ほけんだより5月



令和7年5月1日
宇奈月小学校
保健室

新年度がスタートして、そろそろ1ヶ月です。新しい環境に慣れてきたところで、疲れを感じているお子さんも多いのではないのでしょうか。それぞれ自分に合った方法でリフレッシュして、5月も元気に過ごしてほしいと思います。

5月の健康診断の予定

月	火	水	木	金
			1 	2 耳鼻科検診 眼科検診
5 こどもの日	6 振替休日	7  内科検診(5、6年)	8	9 耳そうじをお願いします
12 後日別紙にて案内します	13	14 尿検査 	15 尿検査(予備日)	16
19	20	21 内科検診(1~4年)	22 心臓検診(1年)	23
26	27	28	29 バスタオルを持参してください	30

内科検診について

プライバシー保護のため、内科検診時、本校では以下のような配慮を行います。

- ・男女別で実施します。
- ・検診会場ではついたてを使用し、個別の検診スペースを確保します。
- ・待機時や診察時に上半身を覆うため、右の写真のような布を待機場所に用意します。使用するか否かは、家族で相談をして決めてください。

※正確な診察のため、必要に応じて布をめくって診てもらうことがあります。



身体測定・視力検査の結果

学年	身長 の 平均 (cm)		体重 の 平均 (kg)		裸眼視力が 1.0未満だった人 (%)	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1年	117.7	114.4	23.6	20.0	40.0	50.0
2年	125.5	123.8	28.6	24.6	11.1	28.6
3年	131.5	125.5	29.7	24.8	40.0	14.3
4年	134.2	133.4	32.7	33.2	33.3	27.3
5年	140.1	141.0	35.9	35.3	40.0	43.8
6年	144.4	149.2	43.8	37.6	30.0	60.0

裸眼視力が1.0未満(A以外)の児童がたくさんいました。黒板の字がぼやけて見ると、授業の内容が理解しづらくなります。ものや文字がはっきりと見えない場合や、視力が低下している場合は、眼科を受診することをおすすめします。



歯科健診の結果

「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」を配りました。むし歯は自然には治らないので、「要受診」に○がついていた人は、早めに受診をお願いします。また、「経過観察」に○がついていた人も、かかりつけの歯科医による検査・指導・管理を受けることをおすすめします。

むし歯の治療率を示す掲示物を掲示しました。全員の治療が終わったクラスには保健委員会で作成した賞状を渡す予定です。



COってなに？

COとは「要観察歯」、分かりやすく言うと「むし歯になりそうな歯」のことを言います。適切なケアや生活習慣により、もとの健康な状態に戻る可能性があります。むし歯に進行しないように、おやつを食べ方や歯のみがき方に注意しましょう。また、歯科医で診てもらうこともおすすめします。