

ほけんだより

令和5年 6月26日 No. 5

朝霞市立朝霞第二小学校 保健室

けんこうしんだんごう
《健康診断号です！》

6月の保健目標：歯を大切にしよう… 食事のあとには歯みがきができていますか？

健康診断の結果は…？

4月から実施していた定期健康診断が終わりました。

体に問題や異常があるかもしれないとお知らせされた人は、早めに病院へ行き、体の様子を確認してください。学校生活を健康で安全に送るため、治療が必要なところはしっかりと治しましょう。

下に書いてあるものは、朝霞第二小学校でよく見られる結果です。みなさん、健康診断の結果はどうでしたか？

視力の低下

黒板等の少し離れたところが見えづらくなっている人が多いです。

目を守るために下のポイントを見直してみましょう。

- タブレットから目を40cm以上離している。
- タブレットを使用する際は、30分ごとに目を休めている。
- 教科書やノート等から目を30cm以上離している。



むし歯の増加

むし歯が1本でもある人が、のちのちむし歯の数を増やしていくことが多いです。

下のポイントを見直して、むし歯をつくらない習慣を身につけましょう。

- 食事のあとに歯みがきをしている。
- 夜ごはんのあとの歯みがきは特にいねいにしている。
- 定期的に歯医者さんで健診を受けている。

「健康診断結果のお知らせ」

みなさんに「健康診断結果のお知らせ」を配りました。

4月から行った健康診断の結果がまとめられています。

おうちの方といっしょに健康診断結果を見て、体に問題や異常がないかを確認してください。

*「未受診」とは、学校での健診を受けられていないことです。

*聴力検査は、原則1・2・3・5年生が対象です。

*心臓検診は、原則1年生が対象です。

*尿検査は、一次検査の結果です。

項目	結果	備考
血圧	正常	
視力	正常	
聴力	正常	
心臓	正常	
尿検査	正常	
その他		

「定期健康診断結果のお知らせ」(色紙)

定期健康診断の結果は確認しましたか？

「定期健康診断結果のお知らせ」が配られた人は、体を病院でくわしくみてもらいたい人です。

早めに病院へ行き、体の様子を確認しましょう。

朝霞第二小学校全体で歯医者さんの受診が進んでいません。

定期健診がある人は、そのときにお医者さんに「定期健康診断結果のお知らせ」を見せてください。



保健室の窓から

4月から実施してきた健康診断が終わりました。

みなさんから「身長がもう少しのびていたらうれしかった」、「視力が悪くなっちゃってメガネを使うことになるかも」等、さまざまな声が聞こえてきました。

みなさんの体が健康に成長しているのかを確認するよいタイミングです。自分の健康診断結果からよりよくできそうな部分を見つけ、自分の生活を見直しましょう。

