

すくすく

2015.6
大阪狭山市立北小学校
ほけんだより

6月



はやくねる



外であそぶ



ゆっくりお風呂につかる

ちからをあわせてがんばった運動会が終わりました。
つか疲れはたまっていませんか・・・
「疲れ」は、きがつかないうちにたまっている
ものです。つか疲れをためないようにすることが
たいせつです。じょうずきもからだをリフレッシュ
しましょう。



視力検査がはじまっています

めがねを持っている人は、
忘れないで持ってきてね。



A (1.0いじょう)

けんこう しりよく
健康な視力です。
なか かる えんし
中には、軽い遠視がふくまれることもあります。べんきょう こんき つつ
勉強に根気が続かない、かた
肩こりを
うったえるなどありましたら、がんか いちど けんさ
眼科で一度検査してもらうことをおすすめします。

B (0.9~0.7)

がっこう じゅぎょう
学校での授業にさしつかえありませんが、きんし はじ
近視の始まりであることが多いので
がんか せいみつ
眼科で精密けんさしてもらいましょう。

C (0.6~0.3)

め
目になんらかのいじょう
異常があることがかんが
考えられます。はや
早めにがんか せいみつ
眼科で精密けんさをして
もらいましょう。

D (0.3みまん)

きょうつ ぜんれつ
教室の前列にいても黒板の字が見えにくい視力です。そうきゅう たいさく ひつよう
早急に対策が必要です。
かなら がんか
必ず、眼科にいきましょう。



けんしん けんさ ちりょう ひつよう ひと
※検診や検査で、治療の必要な人にはお知らせをお渡ししますので、
すみやかにかかりつけの病院に受診をお願いします。



プールが始まります

つぎ
次のようなときなどは、プールに入ることができません。おうちの人や先生に相談しましょう。



このようなときにプールに入ると、さらに
たいしやう かわる
体調が悪くなったり、かかっている病気を
ひと
人にうつしたりします。

びょうき の 例

- いんとうけつまくねつ
・咽頭結膜熱 (プール熱)
- ちゅうかんしやうけつたいだいらうかんせんせう
・腸管出血性大腸菌感染症
- きゅうせいがいじえん ちゅうじえん
・急性外耳炎・中耳炎
- りゅうこうせいかくけつまくえん
・流行性角結膜炎 (はやり目)
- でんせんせいなんぞくしゅ みず
・伝染性軟属腫 (水いぼ)
- てあしくちびょう
・手足口病 など

色覚検査

2003年4月より学校定期健康
診断では廃止になっています。
希望される方には個別に色覚
検査をおこないます。保健室
まで連絡してください。

あたまじらみ

市内の小学校で
発生しているよ
うです。
髪の毛に白い小
さい卵がたくさん
みつけれ、
かゆみがひどい
です。

