



# ほけんだより 5月



令和5年5月2日  
高松小学校  
保健室  
NO. 2

5月は4月の進学・進級など新しい環境の変化の疲れが出やすい時期です。

緊張がゆるみ、心身の疲れが出やすく、毎年保健室へ来る人が増えるのもこの時期です。また大型連休は、生活リズムが乱れやすくなります。連休後は、早寝・早起きの生活リズムを取り戻し、朝ごはんをしっかり食べて登校できるよう声かけをお願いします。



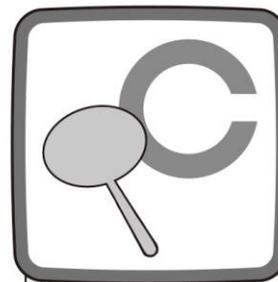
5月

けんこうしんだん  
健康診断がつづきます

	日にち・学年	どんなことを調べるのかな？
尿二次検査	5月11日(木) 12日(金)	前回の尿検査で、異常のあった人や、提出できなかった人が対象になります。
内科検診	5月15日(月) 13:15~ 1・2・3年 5月17日(水) 13:15~ 4・5・6年	心臓や、目・耳・のど・ 背骨・関節・筋肉などに 異常がないか調べます。  *服装は体操服になります。
歯科検診	5月18日(木) 8:35~ 全学年	むし歯がないか、 口の中に異常がないか 調べます。  ※朝の歯みがきを忘れないよう声かけをお願いします。
心電図検査	5月26日(金) 8:50~ 1年 *問診票を5月15日(月)に配付 します。もれのないよう記入を して19日(金)までに担任に提出 をお願いします。	心臓に疾病や異常がないか調べます。 大野診療所の方が来校して行います。  *服装は体操服になります。

## 視力再検査をしています！

視力検査をしてB(0.7)以下だった児童を対象に再検査を行っています。再検査を行い、B(0.7)以下だった児童に結果をお知らせします。

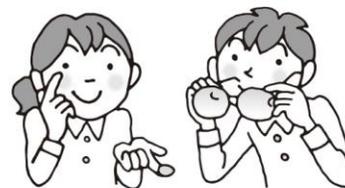


### 視力検査

健康な目をまもるアドバイス！

見えにくくなって  
いませんか？

- ★ 読書や勉強をするときは、  
目から30cm以上離して見よう
- ★ ゲームは時間を決めて、こまめに休憩しながらしよう
- ★ 暗いところで本やスマホを見ないようにしよう



メガネ・コンタクトレンズを持っている人は…

- ・定期的に視力をチェックし、自分に合ったメガネを  
かけよう
- ・コンタクトレンズは正しい使用方法をまもろう

健康診断が終わり次第、疾病・異常の疑いのあった人にだけ結果を配付します。  
(歯科検診のみ全員に結果を配付します。)  
結果を受け取ったら、早めにかかりつけの医療機関を受診しましょう。

### 欠席連絡について

### お願い！

体調不良で学校を欠席する場合、欠席連絡をリーダーから入力することができます。体調不良のフリーコメント欄に欠席する理由を入力いただければ、電話連絡の必要はありません。その場合には、職員が確認するため7時30分までに入力をお願いします。ぜひご活用ください。

