

3月



ほけんだより

桜小 保健室
2016. 3. 11

3月の保健目標 『健康生活の反省をしよう』

この1年でこころもからだも成長したお!



3月に入り、春らしい暖かな日が増えてきました。もうすぐ6年生は卒業、ほかの学年の人は進級ですね。今年1年、いろいろなことをがんばってきた中で、みなさんの心と体は確実に大きくなっています。これからも、自分のペースで、成長のステップを一步一步づつのぼってほしいと思います。

1年間をふりかえってみよう

〈生活習慣〉

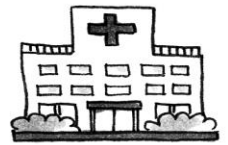
- 睡眠時間を十分とった。
- 早起きができた。
- 手洗い・うがいをきちんとした。
- 1日3回の食事をしっかりとった。
- 規則正しく排便できた。



4月からもがんばるように、チェックしてみましょう。

〈健康〉

- 必要な治療は済ませた。
- 病気や大きなケガをしなかった。
- なるべく体を動かすように心がけた。
- 元気よく過ごせた。



体の高性能レーダー?! 耳のしくみとはたらき

私たちは、耳を使って音を聞き、自分のまわりの情報を集めたり、コミュニケーションをとるために相手の言葉を聞いたりします。さらに、耳の奥には体のバランスをとる部分があり、体の動きを感じとっています。



☆耳あかは、自然に外へと押し出されていきます。そのため、耳そうじは、耳の入り口あたりを軽くするぐらいで十分です。



☆耳の奥にある鼓膜の厚さは、なんと0.1mm! とてもデリケートで破れやすいので、耳もとで大きな声を出すのはやめましょう。

インフルエンザ はやっています

おねがい 頭がいたい、気もちが悪い、寒気がする、お腹がいたいなど、体調が悪いときは、早めに先生に言って保健室に来てください。

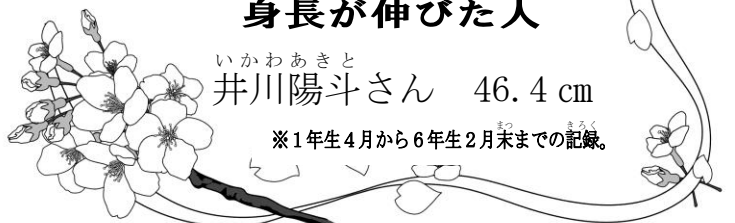
6年生のみなさん 卒業おめでとうございます

明るく頼もしい6年生のみなさん。お別れするのはさびしいですが、中学校でもがんばってくださいね。元気に活躍されることを願っています。

6年間で一番 身長が伸びた人

井川陽斗さん 46.4 cm

※1年生4月から6年生2月末までの記録。





おうちの方へ

保健室の 1年間

ケガの件数
533 件

病気の件数
283 件

感染症発生
113 件

1日平均利用者数
5 人

歯科受診率
71 %

視力受診率
51 %

※病気・けがでの利用に限る。

※学校から「お知らせ」用紙をもらった人の受診率。

※平成27年4月7日から平成28年3月10日までの記録です。

※「感染症発生」は、出席停止になる病気にかかった人の人数です。1つの病気で数日休んだとしても1件とカウントしています。

※歯科検診など各検査で、「お知らせ用紙」をもらってまだ病院へ行っていない人は、新学期までに受診しておいてください。

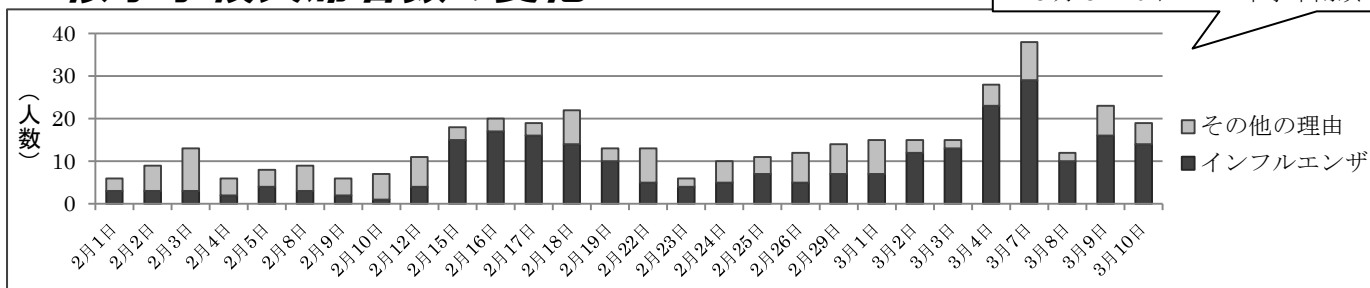
インフルエンザが猛威をふるっています



インフルエンザの新たな感染者が出ています。手洗い・うがいはもちろん、睡眠を十分とり、生活リズムを整えましょう。また、必要以上に人混みには行かないようにし、感染予防に努めてください。

<桜小学校欠席者数の変化>

・3月7～8日 3竹学級閉鎖
・3月8～10日 1・2年学年閉鎖



来年度の健康診断が変わります



学校保健安全法施行規則の一部改正にともない、平成28年度より、児童生徒の健康診断の項目や方法が変わります。ご理解とご協力をお願い致します。

改正部分と背景	平成28年度からの実施方法
<p>○座高の検査が、必須項目から削除されます。</p> <p>背景 子どもの成長を評価する上で、座高より身長・体重成長曲線が有効で、その活用を推進することを前提とするならば、座高測定は省略可能。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 座高の検査は実施しません。 成長曲線を作成し、病的状態が高い成長曲線について、学校医に相談の上、該当児童に専門機関で受診していただくようお知らせします。
<p>○寄生虫卵の検査が、必須項目から削除されます。</p> <p>背景 寄生虫卵の検出率は極めて低い。手洗いや清潔の保持という基本的な衛生教育を引き続き徹底することにより、寄生虫卵の検査を省略しても良いと考えられる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1～3年生に実施していた寄生虫卵検査（ぎょう虫卵検査）は、弥富市の学校では実施しません。
<p>○「四肢の状態」が必須項目として加わり、検査の際は、四肢の形態及び発育並びに運動器の機能状態に注意することが規定されました。</p> <p>背景 児童生徒の運動不足や運動過剰等の、運動器に関する様々な課題がある。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 四肢の検査を実施します。（以下のような流れで行います。） <ol style="list-style-type: none"> 内科検診前に、保護者が「運動器検診保健調査」に記入。 チェックがあった項目について、該当児童を学校医が検査。（保護者のチェックがなくても、学校での健康観察により必要と思われる児童も検査します。） 学校医が専門機関受診の有無を判定。 受診が必要とされた児童の保護者に、学校より連絡。 家庭より専門機関を受診。



4月は健診関係の問診票などがたくさんあります。お手数をおかけしますがよろしくお願ひします。