

じどうよう おもてめん うち ひと いっしょ よ
児童用…表面はお家の人と一緒に読んでくださいね。

ほけんだより 9月

令和2年9月1日発行
磐田市立向笠小学校
保健室

ことし なつやす みじか いえ す すごした ひ おお おも せいかつり す む
今年の夏休みはいつもより短く、家で過ごした日も多かったと思いますが、生活リズム
はくずれていませんか？2学期が始まって1週間程が経ちました。毎日
自分で心と体の健康観察をしてみましょう。どこか調子が悪かったり、
心配なことがあったりしたときは、お家の人や先生に相談しましょう。



<9月の保健目標>

よぼう
けがを予防しよう



【キケン！ミツケ！】

あぶ
危ないことをしていないかな？けがをしないかな？

にん おとこ こ あと かんが
3人の男の子が、この後どうなるか、考えてみましょう。



ほけっと て い
ポケットに手を入れた
あ
まま歩いていると・・・

ろうか はし
廊下を走っていると・・・



かいたん はし
階段を走って
おりると・・・

こた ほけんしつ まえ けいじばん み
答えは・・・保健室の前の掲示板を見てください☆

ほか
この他にも、いろいろなところに「キケン！」が隠れている
かもしれません。

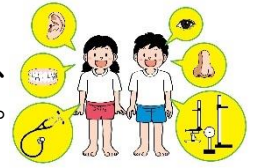
み よぼう
まわりをよく見て、けがを予防しましょう！



夏休みの生活はいかがでしたでしょうか。夏休みが明けて1週間が経ちましたが、お子さんの表情や行動で気になる様子はないか、学校に行くのを渋る様子がないかなど、御家庭でも心と体の健康状態をよく観察して、心配なことがありましたら学級担任まで御相談ください。

【健康診断の実施について】

新型コロナウイルスの影響で延期していた学校医による健康診断ですが、7月から順次実施しています。9月には、下記の3つの検診を実施します。
※各学校医と相談し、飛沫・接触感染予防対策をした上で実施します。



検査項目	月	日	曜	実施学年						注意事項
				1	2	3	4	5	6	
内科・結核検診	9	11	金	○	○	○	○	○	○	・体操服を持ってきてください。 ・8月に結核問診票を配布しました。 まだ提出できていない場合は、 早急に提出 してください。
眼科検診	9	17	木	○	○	○	○	○	○	目に前髪がかからないようにしてください。
耳鼻科検診	9	23	水	○	○	○	○	○	○	耳に髪がかからないようにしてきてください。

耳そうじは必要ない!?



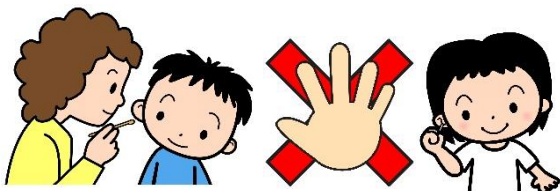
以前は、「耳そうじをしないと耳垢がたまって聞こえが悪くなる」、「汚れて耳がかゆくなる」、「耳に水が入ったら中耳炎や外耳炎になるからきれいに拭く」、などと言われていました。

しかし現在は、「基本的には耳そうじは必要ない」とされています。耳かきや綿棒の使用により耳垢を奥に詰め込んだり、外耳の炎症で耳の中がかゆくなったりして耳そうじがやめられない…という悪循環に陥っている人が多くいるようです。

↓の動画では、耳の中を5か月間観察した写真で、耳そうじは必要ないということをわかりやすくまとめてあるものです。ぜひ親子で御覧ください。

YouTube 検索「耳のそうじは本当に必要なの？」
(日本耳鼻咽喉科学会静岡県地方部会学校保健委員会より)

QRコードからも御覧いただけます→



所見があった児童には「○○検診結果のお知らせ」をお渡しします。冬休み頃までに受診をし、学校に用紙を提出していただきますようお願いいたします。



★九月も熱中症に要注意★
子どもたちは、八月の授業も暑い中頑張っていました。例年十月上旬頃まで暑い日が続きます。学校では毎日気温を測定し、一日を通して健康観察をしていきますが、引き続き御家庭での健康管理、水筒・帽子・冷却タオルなどの御準備をよろしくお願いたします。

