



平成 30 年 5 月 1 日
美郷北学園 保健室

まだまだ健康診断 続いています

検査項目	日時	対象	準備物・留意点
歯科検診	5月 7日(月)	幼～3年	● 歯や歯肉の状態、かみ合わせ等を見てもらいます。
	5月14日(月)	4～9年	● 給食の後の歯みがきをしっかりとしましょう。
眼科検診	5月15日(火)	全学園生	● 見え方や赤くなっていないかなどを見てもらいます。
一次検尿	5月22日(火)	全学園生	● 朝おきてすぐの尿をとりましょう。 ● 容器を袋に入れて、忘れずにもってきてください。
二次検尿	6月 5日(火)	対象者・ 1次で忘れた人	● 登校したらすぐに先生に提出してください。

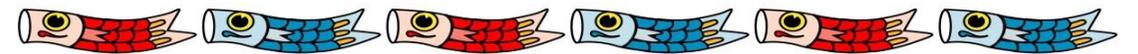
健康診断の結果を配付していきます



保護者の方へ 検診結果を返していきます

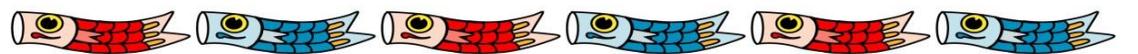


- ★ 検診の結果を随時返していきます病院受診が必要なお子様は、受診をよろしくをお願いします。受診が終わりましたら、結果用紙を学校に提出して下さい。
- ★ 身体計測カードは、ご覧になりましたら、サインまたは押印をしていただき、学校に返却をお願いします。



暑すぎず寒すぎず…過ごしやすい季節ですが、それは虫や動物も同じです。虫にさされて保健室に来る児童生徒も増えつつあります。

涼しい木陰や学校の行き帰りの草むらなど、注意しましょう。



「まだ早い」と思って
いたら…意外と多い?



「えっ？ 夏の病気でしょ?!」・・・いえいえ、実は急に暑くなった日は、体が暑さになれていないため、熱中症になりやすいのです!

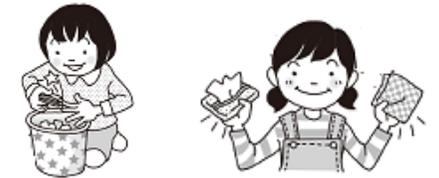
外に出て体を動かすことはいいことですが、急な激しい運動はかえって危険です。体調と相談しながら…、水分をしっかりと取りながら…、体を動かしましょう。

***** ちょっと動くと汗ばむ季節です!! *****



生活リズムの乱れから、清潔の習慣も崩れている人はいませんか?!

- ハンカチ・ティッシュは持っていますか?
- 食後の歯みがきをしていますか?
- つめは短く切っていますか?
- 下着を着がえていますか?
- 毎日、お風呂に入っていますか?
- トイレの後や食事の前に石けんで手を洗っていますか?



清潔な習慣が身につくと、毎日スッキリした気持ちですごせます

さわやかな季節なのに・・・

頭痛・くしゃみ・鼻水・鼻づまり・咳・・・



花粉症は2月～3月だけではありません。この時期「イタリアン（牧草）」にアレルギー反応を示すことがあります。イタリアンはイネ科の植物ですが、道端に生えている雑草のほとんどがイネ科植物…つまり、雑草の花粉に反応して頭痛・くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなどの症状がでることもあるのです。

ぜん息やアレルギー性鼻炎、慢性鼻炎などの疾病を持っている人は、この時期、症状が悪化することも多くなるので要注意です。単なるカゼと自己判断せず、症状に合わせて病院を受診し、症状に合った薬を処方してもらいましょう。