

「はやね・はやおき・あさごはん」で毎日元気!

No.1

ほけんだより 4月

気仙沼市立唐桑小学校

～おうちの人といっしょに読みましょう～

保健室

4月の保健目標 ○自分のからだをよく知ろう

H28年4月8日(金)

11名の1年生をむかえ、新年度がスタートしました。

保健室では、今年も、みなさんが体も心も健康で、安全な生活をおくり、大きく成長できるよう、お手伝いしていきます。

ほけんだよりでは、健康に関するお知らせや、みなさんやお家の人と一緒に考えていきたいことを載せていきます。ほけんだよりが、お家での会話のきっかけになればうれしいです。



養護教諭の

たかはし しほ
高橋志歩 です

唐桑小学校に来て、3年目になりました。右巻市出身です。食べることに旅行をすることが大好きです。今年度もみなさんの成長を見守りながら、保健室も成長していきたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします。

ほけんしつ 保健室は こんな き ときに来てね

- ☑ ケガをしたとき
- ☑ 体調が悪いとき

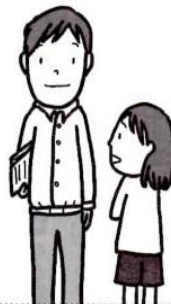


- ☑ 悩みや心配ごとがあるとき
- ☑ からだや健康について知りたいとき



ほけんしつ 保健室をきもちよく利用するための みんなのルール

先生にことわって
から来ましょう
(緊急の場合を除く)



保健室に来た理由を言葉で伝えてください



休養している人がいるときは静かにしてください



室内の器具を使うときは声をかけてください



読んだ本は、もとの場所に戻してから教室へ



すり傷は、水道の水で洗ってから来ましょう

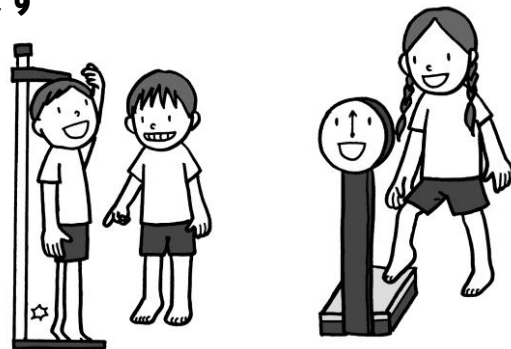


保護者のみなさまへ

◎今年度から健康診断の内容が一部改正されます

◆ 主な変更点 ◆

- ① 寄生虫卵検査が必須項目から削除
- ② 座高が必須項目から削除
- ③ 成長曲線の活用
- ④ 運動器検査（四肢の状態）が追加
- ⑤ 希望者に対する色覚検査の実施



①の寄生虫検査は、近年、衛生環境が改善され、寄生虫の検出がほとんどみられなくなったことから必須項目から削除されることになりました。今後は、手洗い等の衛生教育を徹底して対応します。

②の座高は、測定結果が十分に活用されていなかったことから必須項目から削除されることになりました。今後は、③の成長曲線（身長、体重）の活用を図り、肥満、痩身、低身長等の成長異常の早期発見に努めていきます。

④の運動器検査（四肢の状態）は、近年、子どもたちの運動不足による体力・運動能力の低下と運動のし過ぎによる運動障害の二極化が課題になっているため、側弯症に加え、肩・肘・股関節・膝等の状態についての検診を行うことになりました。具体的な検査の流れとしては、保健調査票に記載されている整形外科の検査項目を家庭で実施してもらいます。家庭での検査で所見があったお子さまは、学校で再検査を行います。学校での再検査でも所見があった場合には、内科検診時に校医による運動器検査を実施する、という流れになります。

※家庭で、整形外科の検査を行う際は、日本臨床整形外科学会のホームページ
＜<http://www.jcoa.gr.jp/>>の検査動画を参考にしてください。

⑤の色覚検査は、平成15年度から必須項目から削除された検査ですが、気仙沼市では、今年度から、小学校4年生と希望者を対象に実施することになりました。先天色覚異常は男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。色が全く分からないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にはほとんど不自由はありません。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活では配慮が望まれます。本人には自覚がない場合が多く、検査を受けるまで保護者の方もそのことに気づいていない場合が少なくありません。治療方法はありませんが、学校生活を送る上で、また職業・進路選択（鉄道、航空、船舶関係等）にあたり、自身の色の見え方を知っておくためにも色覚検査は大切です。**検査を希望する場合は、保健調査票の眼科項目「色の見え方について学校での検査を希望する」に○をつけて提出してください。**

◎平成28年度の唐桑小学校保健活動について

唐桑小学校では、昨年度に引き続き、子どもたちの健康の保持・増進の取り組みとして、以下のことを実施していく予定です。

- ① 肥満度+30%以上・-20%以下のお子さまは、3カ月に1度、定期的に発育測定を行い、その結果をご家庭にお知らせします。
- ② 夏休みと冬休みに歯みがきカレンダーを使用し、歯を大切にすることの意識の向上を目指します。
- ③ 3年生を対象に、歯科校医の先生のご協力をいただきながら、12月の参観日に歯科指導を行う予定です。

その他、子どもたちの健康課題に応じて、保健指導等を行ってまいります。子どもたちの健康の保持・増進の取り組みには、ご家庭の協力が必要不可欠です。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。