

にこにこ No. 11 (保護者向け保健だより)

3 学期身体計測の結果について

『3学期健康の記録』をあゆみの封筒に入れて配布しました。お子さんの身長と体重の伸びをご確認ください。やせすぎていないか、肥満が進んでいないかをご確認ください。なお、お子さんの成長で気になられる場合は、毎月の身体計測も可能ですので、保健室にお知らせください。

保健関係の書類について

6年生…保健調査票、運動器検診保健調査票は返却させていただきます。市内の公立中学校へご入学予定のお子様につきましては、引き続き使用します。調査票の記入・提出につきましては、入学先の中学校の指示に従っていただきますようお願いいたします。市内の公立中学校以外へご入学予定のお子様につきましても、ご家庭へ返却させていただきます。

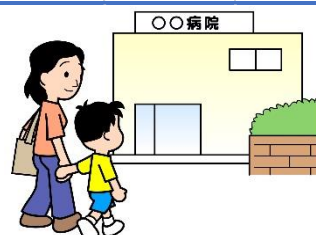
1～5年生…保健調査票、運動器検診調査票、心臓検診票(3年生のみ)を2月20日に配布させていただきました。来年度の欄をご記入頂き提出をお願いいたします。提出期限は3月1日(水)でした。まだの方は至急提出をお願いいたします。また、記入漏れ等の不備がありましたら再度返却します。よろしくお願いいたします。

令和4年度健康診断受診率(最終)

今年度の健康診断受診率です。前年度と比較し、良い傾向として耳鼻科の受診率が上がりました。一方で歯科と眼科の受診率が下がる結果となりました。次年度も健康診断はあります。検診後に治療のお勧めが届きましたら、受診されることをお勧めいたします。

	耳鼻科(%)	眼科(%)	歯科(%)	視力(%)
1年	92.3	0	65.4	4.2
2年	83.3	75	61.8	81.8
3年	80	100	65.9	80
4年	85.7	50	77.8	56.4
5年	100	0	62.6	65.9
6年	100	80	72.5	61.8

	耳鼻科(%)	眼科(%)	歯科(%)
R3	72.3	77	70.6
R4	85.1	60.7	66.2



こどもの嘔吐、、、こんなときは？

感染性胃腸炎など、冬に気を付けたい病気の流行が予想されます。もしお子さんが吐いてしまったらこんなところを見てあげてください。

○確認すべきポイント！

- ・熱があるか
- ・便の状態(胃腸炎では下痢を伴うことが多いです)
- ・おしっこの回数(少ない場合、脱水の疑いがあります)
- ・頭やお腹を痛がっているか
- ・周囲に似た症状の人がいるか



○注意してほしいこと！

- ・吐いた直後は水分を与えず、少し落ち着いてから白湯やお茶をひと口ずつとらせる。
- ・ぐったりしている、顔色がおかしい、何度も吐く場合は、すぐに受診をしてください。

子どもは吐いたことに驚いて怖がったり泣いてしまうこともあります。

「大丈夫だよ」と安心させてあげる声掛けが大切です。

コロナ禍で得た経験をプラスに！

コロナの感染対策として取り組んできた『規則正しい生活』や『手指の清潔』などは、子どもたちの健全な成長に欠かせないものです。ここ数年、子どもたちが感染対策に取り組みながら身に着けた『自分の健康を守る力』を持ち続けてほしいと思っています。

ヒポクラテスは言いました

人間はだれでも、
体の中に100人の
名医を持っている



病気は人間が自らの力を
もって自然に治すもので
あり、医師はこれを手助
けするだけだ

ヒ ポクラテスは、「医学の父」と呼ばれる古代ギリシアのお医者さん。病気は災いとされていた2,500年も前の時代に、人間に備わっている力を信じていたのです。

今 年度も手洗いなど、子どもたちは感染症を予防するためにたくさんがんばってきました。でも、やっぱり大切なのは食事や睡眠、生活リズムを整えて「体の中の名医」をサポートすること。ぜひ、おうちでも続けてくださいね。



🌸今年度もありがとうございました🌸

良い保健だよりの作成を目指していきたいと考えております。
よろしければアンケートにご協力をお願いします。

<https://forms.office.com/r/1EfmFkV6n8>

