

はっぴい！

健康診断が始まります

2024 (R6) 年 4 月 No. 2

中央小 保健室

4月から6月にかけて健康診断を行います。みなさんのからだの様子を知る、とても大切な行事です。

日付	健康診断の種類	どんなことをするか	気をつけること
日と時間はクラスごとに違うので、「はっぴい」や学年だよりを確認してください。	身体測定	身長と体重を測り、どれくらい成長したか、バランスよく成長しているかを調べます。	ポニーテールやお団子など、身長測定の影響になる髪型は避けてください。
	聴力検査	耳がよく聞こえているか、難聴はないかを調べます。	1～3年生、5年生が受けます。髪の毛が耳にかからないようにしてください。
	視力検査	どれくらい見えているかを調べます。	メガネを持っている人は検査に持ってきてください。
	色覚検査	「色の組み合わせによって見分けにくい」などの色を見え方の特性があるかを調べます。	2年生の希望者に行います。
5月8日(水) 5月9日(木)	尿検査(一次)	腎臓の病気がないか、糖尿病はないかを調べます。	どちらかで1回提出します。
6月6日(木)	尿検査(二次)		一次検査で再検査となった人、一次未提出の人が受けます。
5月16日(木)	心電図検査	心臓がうまく動いているかを調べます。	1年生、4年生が受けます。
日と時間は学年・クラスごとに違います。	内科検診 運動器検診 結核健康診断	心臓や肺の音、背骨や骨格、手足の運動、成長のバランス、皮ふ、貧血など、異常がないか、学校医(内科)の先生に診てもらいます。	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 100%; height: 100%; display: flex; align-items: center; justify-content: center; text-align: center;"> <p>詳細は別途 「はっぴい」で お知らせします。</p> </div>
	歯科検診	歯と歯肉、歯並び、顎の関節などの状態を学校歯科医の先生に診てもらいます。	
	耳鼻科検診	耳、鼻、のどの状態を学校医(耳鼻科)の先生に診てもらいます。	
5月27日(月)	眼科検診	目や目の周りの状態を学校医(眼科)の先生に診てもらいます。	
6月(予定)	心臓二次検診	心臓の音や心電図検査結果を心臓専門医の先生に診てもらいます。	心電図、内科検診の結果で対象となった人が受けます。
6月(予定)	運動器巡回検診	背骨や骨格、手足の運動を専門医(整形外科)の先生に診てもらいます。	運動器検診の結果で対象となった人が受けます。

健康診断で受診のおすすめをもらった人は

- ①おうちの人に見せましょう。
- ②早めに、病院で診てもらいましょう。
- ③検査や受診の結果は、速やかに学校へ提出してください。

学校で行う健康診断は、異常の疑いがあるものをふるい分けるスクリーニングです。病院受診や検査の結果で「異常なし」という場合もあります。予めご了承ください。

希望者による歯みがきを続けます。 お子様におすすめください！

新型コロナウイルス感染症は、昨年5月に第5類感染症に移行されました。これを機に希望するお子さんには給食後、手洗い場での歯みがきを再開し、昼食後に歯みがきする姿が見受けられます。これまでのところ、手洗い場が混雑する様子はありません。

昨年度の歯科検診結果では、むし歯を保有する児童は少なかったですが、校医さんから「みがき残しや歯の汚れが目立つ児童が多い」との感想がありました。

今年度、保健室としては「多くの児童が給食後の歯みがきに取り組んでほしい」と願っていますが、水道施設数が十分とは言えない環境や、昼休み時間内（30分間）での時間設定、感染防止対策の観点からも一斉実施は難しいと考えました。

しかし、歯と口は消化器官の一部であり、ヒトにしかない特徴を持つ器官です。そして、その健康は全身に影響を及ぼす大変重要な問題になります。

その中で、食後の歯みがきは、身近で、簡単に、幼少期から自分でできる健康管理です。ご家庭でも、日常の歯みがきに取り組み、歯と口の健康を保てるようご指導とご協力をお願いします。多くの人に食後の歯みがきに取り組んでもらいたいと願っています。

昨年度、歯科医と歯科衛生士による歯科保健指導を受けた3・6年生の感想の一部を紹介します。

◎しっかり朝昼よるにじかんをかけて歯をみがきたい。（3年）

◎はみがき、ちゃんとしよう。（3年）

◎歯みがきを1分ぐらいでしてたけど、もっとしなければいけないと思った。（6年）

◎歯を一つ一つしっかりみがいていなかったのだから、教えてもらったようにていねいにみがきたい。（6年）

【お願い】

感染の危険を最小限にするため「エチケット歯みがき」ができるよう、学校での歯みがきを希望されるお子さんは、ご家庭でも練習をしてくださるようご協力ください。エチケット歯みがきは、コロナ禍で日本学校歯科医会から推奨された歯みがきです。口を閉じたままの歯みがきが身につくよう、練習をお願いします。「エチケット歯みがき」の動画も参考にしてください。

YouTube

「やってみよう！歯みがきのエチケット」

『みんなではじめよう！「エチケット歯みがき」』日本学校歯科医会（公式）

◎エチケット歯みがきのダウンロードは

<https://nichigakushi.or.jp/news/corona2.html>



学校へ持ってくるもの（希望者のみ）

- 1) 歯ブラシ
- 2) 割れないコップ
- 3) これらを入れる袋



※口を閉じてでも入れやすいヘッドの厚みが薄い歯ブラシがお勧めです。

※歯みがき剤の使用は保護者の方で判断をお願いします。紛失等の場合、学校が責任を負うことはありません。

※衛生管理や歯ブラシ交換についてもお子さんと確認してください。