

ほけんだより



令和6年5月1日
足立区立亀田小学校
校長 大井 欣一
養護教諭 松山 由貴奈

新年度が始まり約1ヶ月が経ちました。新しい環境の変化には慣れてきた頃だと思えますが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。

体はまだ暑さに慣れていないため、急に激しい運動をすると熱中症の危険があります。運動をする時にはこまめな水分補給を忘れず、体調が優れない時には無理をさせないようにしていただければと思います。



5月の予定

健康診断 まだまだ 続きます

日	曜日	健康診断	学年	備考
1	水	<u>心臓健診</u>	1年生・対象者	体育着着用です。機械を使って検査します。
2	木	<u>内科健診</u>	2・3・6年生	体育着着用です。聴診器を当てて心音を聞いたり、背骨の様子やその他、身体全体の状態を診たりします。
7	火	尿検査1次	全学年	登校したらすぐに提出をします。
8	水	尿検査1次追加	対象者	5月7日(火)に提出ができなかった人
		<u>耳鼻科健診</u>	2・5年	耳が見えるように、髪が長い方は髪の毛をまとめてきてください。事前に耳そうじをしてきてください。
14	火	<u>歯科健診</u>	1・2年生	朝食後の歯みがきを忘れずにしてください。
15	水	<u>耳鼻科健診</u>	1・3・4・6年生	耳が見えるように、髪が長い方は髪の毛をまとめてきてください。事前に耳そうじをしてきてください。
17	金	<u>日光事前健康相談</u>	6年生	健康観察表をもとに内科校医の問診をします。
21	火	視力検査	1年生	眼鏡を使用している人は忘れないようにしましょう。 <u>※眼鏡やコンタクト装用者は装用時の視力のみ検査します。</u>
22	水	視力検査	2年生	
23	木	視力検査	3年生	
24	金	視力検査	4年生	
		尿検査2次	対象者	1次未提出者・2次対象者へ連絡をします。
27	月	尿検査2次追加	対象者	5月24日(金)に提出ができなかった人
		視力検査	5年生	眼鏡を使用している人は忘れないようにしましょう。 <u>※眼鏡やコンタクト装用者は装用時の視力のみ検査します。</u>
28	火	視力検査	6年生	
29	水	<u>眼科健診</u>	全学年	自分で下まぶたを抑えて診てもらいます。
30	木	<u>内科健診</u>	1・4・5年生	体育着着用です。聴診器を当てて心音を聞いたり、背骨の様子やその他、身体全体の状態を診たりします。

※健診名に下線があるものは、校医や検査技師が実施します。

健康診断の結果より受診の必要がある方には、随時、治療勧告書を渡します。水泳指導前までに受診をして用紙を学校に提出していただきますよう、ご協力よろしくお願ひいたします。

また、すべての健康診断の結果が一覧に記されている「定期健康診断の記録」は、終了した後に配布します。



結果の見方について

随時、発育測定の結果を配布します。「発育のようす」上部には4月の身長・体重・肥満度が記載されます。

○年 ○組 ○番

足立区立亀田小学校

さんの発育のようす

あなたの発育のようすは次の通りでした。

実施月 4 月

身	長	cm
体	重	kg
肥	満	度
		%

実施月 月

身	長	cm
4月からの伸び		cm



加	回	度	70
月からの差			%

★視力の状況

	1回目	2回目	3回目
右眼	()	()	()
左眼	()	()	()

A ... 視力 1.0以上
 B ... 視力 0.9~0.7
 C ... 視力 0.6~0.3
 D ... 視力 0.3未満

※肥満度

-20%以下	-20%超 20%未満	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50%以上
やせ傾向	標準	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満

【計算式】
 肥満度(%)
 = $\frac{[実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)]}{身長別標準体重(kg)} \times 100$

左下に視力検査の結果が記載されます。

「B~D (0.9~0.3未満)」の場合は受診勧奨が付いた視力検査の結果も配布します。

「A (1.0)」の場合は受診勧奨の対象ではないので、別紙の配布はありません。

この用紙に記載されている結果をもって、ご確認ください。



学校での検査はスクリーニング（ふるい分け）検査です。眼鏡の必要の有無についてはぜひ眼科で相談をしてください。