



ストレスのサイン、見逃さないで



新学期が始まって1か月がたちました。学年や担任の先生が変わって、ワクワクすることがたくさんあったと思います。その一方で、がんばりすぎて疲れてしまっている子いるかもしれません。そんなときは、好きなことをしてのんびり過ごしたり、いつもより早く寝てみたり、心と体を休ませてあげてくださいね。



4月からいろいろな健康診断を行っています。健康診断は、自分の成長や体の状態について知る、年に一度の良い機会です。また、健康診断の後に「病院で診てもらったほうがいい人」のお知らせを渡しています。もらった人は早めに受診しましょう。

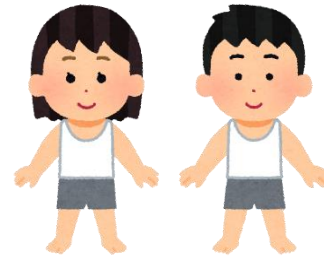
	けんしん 検診	たいしょうしゃ 対象者	き 気をつけること
2日(木)	しんぞうけんしん 心臓検診	ねんせい てんにゆうせい 1・4年生・転入生	たいそうふく も 体操服を持ってくる
9日(木)	がんかけんしん 眼科検診	ねんせい ねんせい め 1年生・2～6年生で目の症状がある人	
13日(月)	にょう じけんさ 尿2次検査	じけんさ けっかひつよう 1次検査の結果必要な人・1次検査未提出者	
17日(金)	じ び かけんしん 耳鼻科検診	ねんせい 1・4年生	ぜんじつ みみそうじ ・前日に耳掃除をする かみ なが こ むす みみ ・髪の毛の長い子は結ぶか耳にかける
20日(月)	ない かけんしん 内科検診	ぜんいん 全員	そで うすで したぎ き ・袖のない薄手の下着を着てくる たいそうふく も ・体操服を持ってくる
24日(金)	し かけんしん 歯科検診	ぜんいん 全員	
30日(木)	にょうけんさ よび 尿検査予備	いま によけんさ いちど 今までの尿検査で一度も提出していない人	いま いちど ていしゅつ ひと 今まで一度も提出していない人は絶対(ぜったい)に忘(わす)れないこと

保護者の方へ

①内科検診時の服装が変わります

内科検診では疾病の早期発見とともに、普段衣服に隠れている部位から子どもたちの身体の状態を確認する意義もあります。そのため、パーテーションの設置等でプライバシーに配慮しながら、原則上半身裸で検診を行ってまいりました。

しかし、脱衣を恥ずかしく感じるのは自然なことであるため、今年度は「タンクトップ等の薄手で袖がついていない下着一枚」で内科検診を実施することになりました。必要に応じて、下着のご準備をお願いいたします。

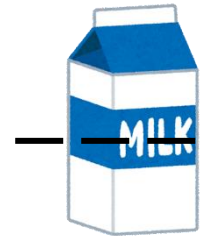


- ・半袖Tシャツなどの袖のあるものは避けてください。
- ・ブラジャー等は外し、薄手の下着1枚の状態で行います。
- ブラトップ等、ブラジャーとタンクトップ一体型の下着も避けてください。
- ※聴診器をあてる際や、背骨の状態を見る際は下着を上げての検査を予定しています。下着を忘れた場合は、上半身裸での実施となります。

②2年生と4年生で歯科健診前にブラッシング指導を実施します

5月24日(金)の給食後に、2年生と4年生で歯科衛生士さんにブラッシング指導をしていただきます。5月24日に以下の持ち物をお子さんに持たせてあげてください。

持ち物: 歯ブラシ、コップ、吐き出し用コップ(牛乳パックを切ったもの)



牛乳パックを半分に切ったもの(下半分)を、口をゆすいだ後の吐き出し用コップとして使用します。ご用意をお願いいたします。

③毎日たっぷりのお茶を持たせてあげてください

4月にも朝から気温が高い日があり、お昼過ぎには水筒のお茶がなくなってしまった子もいました。子どもたちの体はまだ暑さに慣れておらず、熱中症になる危険が高い状態です。毎日たっぷりのお茶を持たせてあげてください。

水筒を忘れてしまった場合には、お子さまの熱中症予防のため、ご家庭に連絡して持ってきていただくことがあります。ご協力をお願いいたします。

