

日ごとに涼しくなってきた、秋の空気が感じられるようになりました。「ついこのあいだまで暑かったのに」と思いますが、長そででも少し冷える・・・間もなくそんな日が増えてきて、だんだんと冬が近づいてくるのですね。

そして、寒さとともに近づいてくるのが、かぜ・インフルエンザです。早い時には10月ごろから流行が始まってしまうこともあります。手洗い・うがい、軽い運動・栄養バランスのとれた食事・十分な睡眠の規則正しい「生活リズム」は守れていますか？マスクの正しい着け方や『咳エチケット』も油断せずにつけて、みんなですべて予防、頑張りましょう！



内科検診・耳鼻科検診・眼科検診が終了しました。



9月に内科検診、耳鼻科検診、眼科検診を実施しました。健康観察やソーシャルディスタンスを意識する、私語をしないなどの新型コロナウイルス感染症対策に気を付けて行いました。今年度は所見のあった場合のみ通知をお渡しします。検診結果通知で所見のあった場合は、早めに医療機関を受診していただき、その結果について「受診報告書」を担任へご提出ください。通知のない場合は今回の検診において「異常なし」の結果となります。なお、学校での健康診断はスクリーニング(疑わしいものを選び出すもの)ですので、受診された結果、「異常なし」と診断されることもあります。

6月に実施しました、視力検査、聴力検査、尿検査、心電図で所見があり、まだ受診をしていない人は、できるだけ早めに受診をされることをお勧めいたします。

◆◆◆検診を受けてない場合◆◆◆

今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、各科の医師から検診前の健康観察の指示を受けました。朝の健康観察カードや保健室での問診において、医師が集団検診を見送る必要があると判断された場合は、検診当日に出席されていても検診を受けていない場合があります。

耳鼻科検診、眼科検診につきましては、学校医の病院で無料で学校検診のみを受けることができる通知を後日お配りいたします。検診を受ける際は、通知と保険証を持参してください。なお、検診で所見が見つかり、治療を開始する場合は保険診療となります。

内科検診は後日、未検査・欠席者検診を実施いたします。日にちが決まりましたら、該当者へお知らせをいたします。

どこをチェンジ？



朝起きてから寝るまで働く、みんなの目。大切にできていますか？毎日のこんなところをちょっぴりチェンジしてみよう。



前髪が目にかかっている



暗いところで本を読む



寝転んで勉強



長時間ゲームを続ける



夜更かし



短く切るピンでとめる



適度な明かりで本を読む



姿勢よく座って勉強



時間を決めて目を休ませる



十分な睡眠

保護者の方へ <色覚検査の実施について>

平成15年の学校保健法一部改正に伴い、小・中・高等学校におけるの定期健康診断の検査項目からなくなり、希望者のみ実施することになりました。

色覚異常の頻度は、およそ男子5%、女子0.2%と言われています。検査で色覚異常と判定される児童生徒の大半は、日常生活に支障を感じることはないと言われています。治療方法はありますが、職業・進路選択の際に、色に対する自分自身の特性を知っておくことは有益であると思われます。

本校では、1, 4年生を対象に実施いたします。後日、色覚検査希望調査を配布いたしますので、ご提出お願いいたします。



正しい手洗いの方法を確認しましょう。
清潔なハンカチも忘れずに持ってきましょう！