



ほけんだより

平成28年5月9日
太田東小学校保健室 No.2
☆うちのひとと読みましょう☆

しんねんどはじ げつ た げんき よく あそ すがた たの
新年度が始まって1か月が経ちました。校庭で元気よく遊んでいるみなさんの姿は、とても楽しそうです。たの
たの つか たいちよう くず しき
楽しかったゴールデンウィークも終わり、少し疲れやすく、体調を崩しやすい時期でもあります。
たいちようかんり
体調管理をしっかりと、5月も元気に過ごしましょう！



けんこうしんだん つづ 健康診断が続いています

日にち	曜日	行事	対象者	時間
2日	月	胸部X線	1年生希望者	10:40
10日	火	尿検査(2次)※1	該当者	9:00まで
12日	木	心臓検診	1年生全員	11:15
25日	水	内科・運動器検診 結核検診	全員	13:30

※1 尿検査2次の該当者は、1次の陽性者(先にお知らせを配布)と1次未提出者です。1次未提出者の児童は、4月に配布した尿検査セットを保管しておき、当日ご使用ください。
尿検査セットがない場合には、必ず担任まで連絡をお願いします。

健康診断の結果について

4月から健康診断を行っていますが、病気や異常の疑いがある場合には、治療のお知らせをお渡ししています。お知らせが届きましたら、なるべく早めに専門医を受診していただき、その結果について学校にお知らせください。

なお、受診をしても「異常なし」と診断されることもありますが、これは、学校での健康診断がスクリーニング(病気や異常の疑いがあるものを選び出す)検査であるためです。ご理解、ご協力をお願いします。

せいかつ くず 生活リズムは崩れていませんか？

ゴールデンウィークで、お家での生活が多くなっていましたが、また学校での生活が始まります。はやくはやく
はやくはやく
早寝早起はできていますか？朝ごはんをしっかりと食べていますか？毎日うちを出せていますか？もう一度、自分の生活リズムを見直してみましょう！

げんき
こころとからだの元気は





一学期発育測定平均値




		身長 (cm)		体重 (kg)	
		太田東小	全国	太田東小	全国
1年生	男	117.6	116.5	22.6	21.3
	女	117.6	115.5	22.6	20.8
2年生	男	123.2	122.5	24.8	23.9
	女	123.1	121.5	24.1	23.4
3年生	男	128.6	128.1	26.4	26.9
	女	127.7	127.3	26.2	26.4
4年生	男	134.5	133.5	30.6	30.4
	女	138.4	133.4	34.6	29.7
5年生	男	139.6	138.9	40.7	34.0
	女	144.3	140.1	37.3	33.9
6年生	男	150.4	145.2	41.6	38.2
	女	147.3	146.7	41.5	38.8

※成長には個人差があります。全国の平均値は平成27年度のものです。

スナック菓子を とりすぎないために

ついつい手がのびてしまうスナック菓子。いろいろな種類があり、好きな人も多いですよね。ところが、スナック菓子にはあぶらや塩分が多く含まれており、とりすぎると肥満や病気の原因にもなってしまいます。スナック菓子を食えるときは次の点に注意し、とりすぎを防ぎましょう。

- ・テレビや雑誌を見ながらといった“ながら食い”をしない。
- ・袋から直接食わず、おさらに出すなどして、あらかじめ食べる量を決めておく。



ハンカチを持ってきました！ポケットに入れてね！



みなさんのポケットに、ハンカチやティッシュが入っていますか？

ハンカチは手を洗った後や、けがをしてしまった時にも使えます。きれいに洗った手を、きれいなハンカチで拭くことで、バイキンがなくなります。身支度をする時に、ポケットにハンカチを入れる習慣をつけると良いですね。

そして、5月下旬から、毎週火曜日、保健委員さんによる衛生検査も始まります。つめ・ハンカチ・ティッシュ・はみがき・顔洗いの5項目と、月に1回は歯ブラシの毛先のチェックも加えたいと思います。毎回パーフェクトになれるよう頑張りましょう！

日本スポーツ振興センターについて

学校管理下でけがをして、病院で治療を受けた場合、日本スポーツ振興センターより給付金（医療費の1割程度）が支給されます。学校管理下でのけがで、帰宅後に受診した場合には、手続きを取りますので、担任に必ずお知らせください。



※ 給付金について

太田市では、中学生以下の子どもは医療費がかかりません。そのため、初診から治療が終了するまでの医療費が500点（5000円）以上の場合には、医療費の1割のお見舞い金が給付されるようになっています。ただし、県外の病院で受診した場合には、福祉医療券（ピンクのカード）が使用できませんので、いったん窓口で医療費をお支払いいただき、後日償還払いの手続きをしていただくことになります。その際には、別の手続きが必要になりますのでご連絡ください。

