



ほけんだより5月

平成30年5月18日
中野区立桃園第二小学校
校長 柳沢 晶子
養護教諭 櫻庭有香里

全力・協力・燃えろ！桃二小！！

運動会の練習もラストスパート！

本番では、練習の成果を十分に発揮し、赤白ともに、頑張ってもらいたいと思います。



今月の健康診断

まだまだ検査・検診が続きます。



- 5月 1日(火) 聴力検査1・2年《終了》
- 7日(月) 聴力検査3・4年《終了》
- 8日(火) 心臓検診1年《終了》
- 11日(金) 尿検査1次《終了》
- 16日(水) 耳鼻科検診1～6年《終了》
- 17日(木) 尿検査1次予備日《終了》
- 31日(木) 歯科検診2・3・6年
尿検査2次
- 6月 6日(水) 歯科検診1・4・5年

※提出物等、ご協力ありがとうございます。



●5月の保健目標

「けがを防ごう」

新学期から1ヶ月以上が経ち、5月は、緊張が緩み、心や体に疲れが出てくる季節です。体の調子が悪いと、集中力が途切れやすくなり、思わぬけがにつながってしまうこともあります。いつもより早めに眠って疲れた体を休ませ、心と体の調子を整えましょう。



★足の爪、ここに注意!

- ①爪の角を切りすぎないように!
- ②爪が四角くなるように。(スクエアカット)

保護者の方へ(その1)

「先生、足の親指が痛〜い!!」と顔をしかめながら保健室に来た子ども。靴下を脱がせて見てみると、親指の爪の周りが赤く腫れ上がっています。「ひょう阻」(化膿性爪囲炎)と呼ばれるものです。爪の周りのささくれ、小さな傷、爪の切りすぎ、巻き爪や陥入爪等で爪が皮膚にくいこんでいるところなどから、感染(黄色ブドウ球菌や緑膿菌など)が起こるものです。特にこの暑い時期は、足が蒸れたりするからなのか、毎年何人かが同じ症状で来室します。そして、来室したどの子どもにも当てはまるのが、親指の爪の角がなく、爪を深く切りすぎていることです。患部が靴に当たるととても痛いので、分厚くガーゼを巻いて、少しでも痛みがなく過ごせるように手当をしますが、清潔にすること、爪の切り方について話をし、痛みが強い場合はおうちの人と病院に行つてね、と指導しています。ぜひ、お子様の足の爪の様子や切り方を見てあげてください。

保護者の方へ(その2)

毎年、水筒を手に持ったまま登下校をし、転んだときに咄嗟に手を地面に着くことができずに、顔面をけがしてしまったり、手首を痛めてしまったりする児童が必ずいます。水筒は、登下校の際に、肩からかけられるものをご準備ください。



注意各検診の結果は、注意が必要な場合や治療や詳しい検査が必要な場合のみお知らせしています。特に、耳鼻科・眼科などは、6月18日(月)の水泳学習開始までに治療を終わらせてください。※受診結果が提出されるまで、水泳学習には参加できません。また、健康カードは、全ての検診が終了しましたら、お返しします。

《眼科校医 あおき眼科 青木美奈子 先生より》

4月末に眼科検診が終了しました。青木先生より、眼鏡のフレームが曲がっていて顔に合っていない子が多いとのことでした。眼鏡を購入したお店に持って行けば、無料で直して下さるそうです。また、眼鏡のレンズが汚れていたり、前髪が長く、目にかかっていたりする児童も多いので、気を付けましょう、とのことがありました。

