ほけんだより6月

宇部市立鵜ノ島小学校
令和７年６月３日
No.2　保健室

健康診断結果のお知らせを配っています。

歯科検診、耳鼻科検診、聴力検査、視力検査、眼科検診の結果を配っています。
治療の必要な人、またはお医者さんに診てもらう必要のある人にお知らせを配っていますので、おうちの方にきちんと渡してください。
お知らせの紙は、病院へ行き、治療が終わったあとに、学校へ出してもらいますので、汚したり、ちぎったりしないように大切に扱ってください。

歯科検診
むし歯のあった人
27人（97人中）

耳鼻科検診、聴力検査治療のお知らせをもらった人
14人（97人中）

視力検査B（0.7以下）、眼科治療のお知らせをもらった人
18人（97人中）

◎まず、しっかり確認しましょう

◎必ずおうちの人に知らせましょう

◎なるべく早く治療しましょう

◎治療の経過を学校に知らせてください

◎「異常なし」と診断されることもあります

◎わからないことは保健室で相談してください

第1回学校保健安全委員会開催

今年度の学校保健のテーマが、昨年に続き「体力アップ」、キャッチフレーズ「のばして、まわして、パワーアップ」となっています。そこで、今回5月12日に理学療法士　山本喜和先生による「こどもの運動について」お話をして頂きました。運動神経は8～12歳までに運動神経の95%はできあがるということでした。運動神経の悪い子はおらず、運動神経のいい子の特徴としたら、よく体を動かして遊んでいるということでした。12歳までに獲得したい機能が以下の34種類となります。

・「バランス」・・立つ、起きる、回る、組む、ぶら下がる、逆立ち、乗る、浮く
・「移動」・・歩く、走る、跳ねる、滑る、まっすぐ飛ぶ、登る、這う、くぐる、泳ぐ
・「操作」・・持つ、支える、運ぶ、押す、押さえる、こぐ、つかむ、当てる、取る
渡す、積む、振る、投げる、打つ、蹴る、引く、倒す

この機能は、普段の生活や遊びの中で34種類の動きが入っているということでした。
委員会のこどもたちと、握力をつける目的で新聞紙を片手で丸めていき、それをバケツに投げ入れる動きや、踵をあげず座る運動などやってみました。そういうちょっとした遊びのなかで運動神経をのばして、鵜ノ島小の体力アップにつなげていけたらと思います。

歯と口の健康週間がスタート

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。委員会のみんなが、歯みがきカレンダーを作ってくれたので、しっかり歯みがきに取り組んでいきましょう！！

すいえいのじゅぎょうがはじまりま

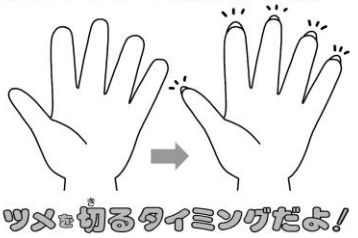
そろそろプール開きの季節になりました。水の得意な人も苦手な人もいると思います。どちらにしても、元気に楽しくプールに入るためには、次のことを守りましょう。

①耳鼻科検診の結果、治療が必要な人

『耳あか』と『中耳炎』と言われた人は、必ず耳鼻科で治療をしてからプールに入りましょう。

②手足のつめが伸びている人

つめの長い人をよく見かけます。長いつめは、人にけがをさせることもあります。自分と友だちのために切りましょう。



③寝不足の人

朝、すっきり起きられない人は寝不足かもしれません。もう少し早く寝ましょう。

保護者のみなさまへ

朝の健康観察をしっかりとお願いします。下痢などの体調不良のあるお子様は、水泳を見合わせてください。

また、感染性の眼の疾患がある場合には、医師の指示があるまで水泳への参加は控えてください。よろしくお願いいたします。