



平成26年5月9日  
 広島市立比治山小学校  
 保健室

新しい学年になって、一ヶ月がたちました。学校は、楽しいですか？お友だちは、たくさんできましたか？

みなさんが勉強をがんばっている姿や休憩時間に楽しそうに遊んでいる姿を見て、先生も元気もらっています。

なかなか名前と顔が覚えられませんが、早く覚えられるようにがんばります。

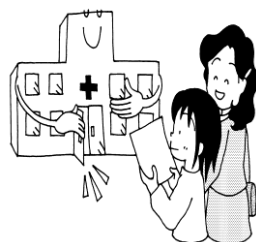
### < 5月の保健行事 >

日	曜日	保健行事	実施学年	注意事項
1	木	視力検査	2年	
7	水	視力検査	1年	
9	金	ぎょう虫検査提出日	1～3年	8・9日の2日間とって、提出する。
14	水	尿検査（2次） 容器配付	対象者	1次検査のときに未提出だった人も、15日に提出する。 
15	木	尿検査（2次）		
21	水	聴力検査	5年	検査のときは、静かにしましょう。 
22	木	聴力検査	3年	
23	金	聴力検査	2年	
26	月	聴力検査	1年	
27	火	心電図検査	1年 対象者	息を「吸って、吐いて、止める」をします。
30	金	耳鼻科検診	全学年	耳がよく見えるようにする。（髪は耳にかからないように、ゴムなどで結ぶ。）

### < 保護者の方へ～健康診断の結果について～ >

『結果のお知らせ』をご覧になって、疾病の疑いのあったお子様は、できるだけ早めにかかりつけ医に受診していただき、その結果を学校にお知らせください。

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。受診の結果、「異常なし」と診断されることもありますので、ご了承ください。



## <頭ジラミに注意!!>



先月のほけんだよりに、頭ジラミについて掲載したところですが、「子どもの頭髪に頭ジラミがいた」との連絡をいただきました。

頭ジラミは年間を通して発生しますが、特に今から夏にかけて集団発生しやすくなります。一見フケと間違えそうになりますが、フケはすぐ取れるのに対し、頭ジラミの卵は、簡単に動きません。

学校でも気をつけていきたいと思いますが、ご家庭におかれましても、今一度お子様の頭髪を観察していただきますようお願いいたします。

判断が難しい場合は、担任または保健室までご相談ください。



### ※ 頭ジラミが見つかったら・・・

- ① 皮膚科や薬局に相談し、専用の薬（頭にふりかけるパウダー、シャンプーなど）を使い、家族ぐるみで駆除しましょう。
- ② 卵がたくさん付いているときは、専用の目の細かいくしで取りましょう。
- ③ 頭ジラミは水や熱に弱いので、毎日シャンプーをして、ドライヤーでしっかり乾かしましょう。

## <体に良い生活習慣>

健康に過ごすためには、体に良い生活習慣を身に付けることが大切です。同じことを繰り返していくことで習慣になっていくので、普段から心がけるようにしましょう。

5月は緊張がゆるんで疲れが出たり、けがが増えたりする時期です。疲れたなと思ったら、早めに休むようにしましょう。

**朝は早く起きましょう。**



**夜は早く寝ましょう。**



**テレビやゲームは、時間を決めて楽しみましょう。**

