

ほけんだよ！5月

2023年(令和5年)5月11日

No. 3

福山市立鞆の浦学園

養護教諭 多田羅 絃子

～新型コロナウイルス感染症が5類感染症になりました～

新緑の美しい季節になりました。

新しい生活にも少しずつ慣れてきたころではないでしょうか？

しかし、5月は気温の変化がはげしい季節です。衣服の調節など、こまめに行い、元気に過ごせるように「早ね」「早起き」「朝ごはん」で規則正しい生活リズムを心がけましょう。

また、新型コロナウイルス感染症が5類感染症になったことで、生活様式が少しずつ変わってきています。

マスクの着脱については、個人の判断となりますが、新型コロナの感染が流行している場合は、着用を促すことも考えられます。

「手洗い」「うがい」「咳エチケット」は、新型コロナだけでなく、他の病気も防ぐことができます。引き続き、おこないましょう。

【新型コロナウイルス感染症にかかった場合】

「発症後5日が過ぎ、かつ症状が軽快した後1日が経過するまで」出席停止となります。

※ 熱などの症状が出た日を「0日目」として考えます。

※ 陽性と診断されたら、いつまで休むよう病院から指示されたかもあわせて、学校に連絡してください。

5月の健康目標

気温の変化に気をつけて、体調に気をつけよう。



【健康診断の結果をお知らせしています。】

- 身体測定 ● 視力検査 ● 歯科検診 … 全員にお知らせしています。
- 尿検査…気になるところがあった人のみ、お知らせしました。

○ 心電図検査 ○ 内科検診 ○ 眼科検診 ○ 耳鼻科検診

気になるところがあった人のみ、お知らせする予定です。

★健康診断は、成長していく自分の身体の様子を知ることができるチャンスです。気になるところがあった人は、早めに病院でみてもらおう。

健康診断の結果が返ってきたら…

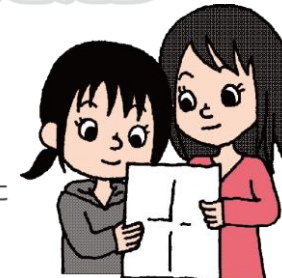
1

健康診断の結果を受け取る



2

必ず持ち帰り、お家の人と一緒に結果を確かめる



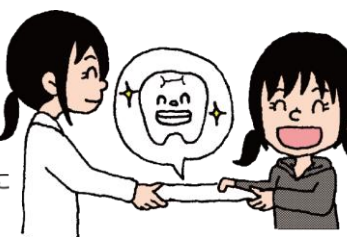
3

病院で診てもらった必要がある場合は、早めに病院へ行って治療する



4

病院へ行った後は、結果を学校に知らせる



検診日に欠席された場合は、学校医等で検診を受けることができます。(無料) 案内のお手紙をお渡ししますので、受診をおねがいします。

心電図検査

5月15日(月)9時～ 1年生・7年生

★心臓の状態を知り、突然起こる異常や病気を防ぐために心臓の動きを調べます。

〈検査の方法〉

- ① ベッドに横たわります。
- ② 手首、足首、胸に器械をつけて検査します。(痛くありませんよ。)
- ③ 体の力をぬいて、リラックスします。



〈検査の時の服装〉

半袖の体操服(忘れず持ってきてください。)

内科検診

5月16日(火)13:30～ 1～5年生、つくし・たんぼぼ学級
5月18日(木)13:30～ 6～9年生

★心臓や肺の音を聴いたり、皮ふや骨の様子をみて、病気がかくれていないかを調べます。

〈検診の受け方〉

- ① 体操服で受ける。(なるべく半袖の体操服をお願いします。シャツは着ていて良いです。)
- ② 椅子に座って前を向く。→胸の音をきく。
- ③ 後ろを向く。→背中中の音をきく。
- ④ (1年生と事前の間診票で気になるところがある人は) 頭の上で手を合わせて、おじぎをする。→背骨の様子をみる。

※体操服を忘れずに持ってきてください。

