

ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

令和元年 5月 7日

第4号 神石小学校

内科検診のお知らせ (結核健康診断, 運動器検診(脊柱・胸郭・四肢))



水泳前・山海島体験活動(5年)前・修学旅行(5年・6年)
マラソン大会前の内科検診も兼ねます。

日時 5月15日(水) 13:30~

★鈴木クリニックの院長先生に診ていただきます。

内科検診では、こんなところを診てもらいます。

- ★ 皮膚の病気はないか。
- ★ 貧血はないか。(まぶたの裏側をみます。)
- ★ 姿勢はよいかどうか。(背骨が曲がっていないかなど)
- ★ 栄養状態, 成長ぐあいはどうか。
(皮膚の色, つや, 体つきなどから)
- ★ 骨や関節, 筋肉といった運動器の状態はよいか。
- ★ 心臓や肺に異常はないか。



おうちのかたへ

※検診では上半身裸になりますので、中学年以上の女子につきましては、プール用巻きタオル等の準備をお願いします。
また、検診を受けるにあたって、長い髪は束ねる、留めるなどしていただき、検診の妨げにならないようにご配慮ください。

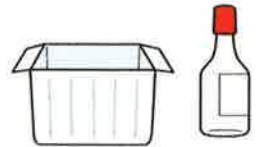
「結核に関する問診票」と「運動器検診保健調査票」の提出をお願いします。

★個別の封筒に入れて帰ります。提出メ切:5月10日(金)

※問診票と調査票は、事前に鈴木先生に見ていただきますので、今週末までの提出になりますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

※尿検査の予備日

5月15日(水)です。
まだ提出できていない人は忘れずに提出してください。



十分な健康管理をしましょう!

10連休が終わりました。体も心も十分休めることができましたか?
運動会の練習が本格的に始まります。練習の疲れと同時に気温の差も関係して、体調をくずしやすくなります。病気や感染症にならないための抵抗力を高めるためにも、夜ふかしをせず早めに布団に入るなどして、体をしっかり休ませましょう。
また、好ききらいせず栄養をとることも大切です。うがいや手洗いを忘れずに健康管理をしっかりと行ってください。
日中は暑さも感じるようになりました。水分補給をするために、水筒(お茶)を持参しましょう。汗ふきタオルもあるとよいです。



《おうちのかたへ》

※内科検診を受けるにあたり、特に診ていただきたいこと、何かご心配なことがありましたら、記入して提出してください。
(10日(金)までをお願いします。)

※ない場合は提出は不要です。

内科検診: 5月15日(水)

年 名前()

[]