



令和6年5月14日

川崎市立宮崎小学校

保健室 発行

ゴールデンウィークが終わり、教育活動も本格的に始まってきました。新しい先生やクラスにも慣れ、子どもたちは色々な活動を楽しそうに送っています。5月は季節の変わり目で、体調を崩しやすい時期でもあります。運動会の練習などもあり、いつも以上に体が疲れている頃だと思しますので、十分な睡眠・休養をご家庭でも心掛けてください。



は、まだまだ続きます！

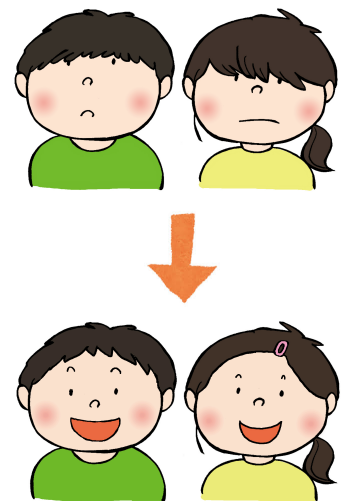
- ★治療や経過観察の必要な疾病が見つかったお子さんには「〇〇結果のお知らせ」をお渡しします。お知らせを受け取りましたら、早めに専門医に相談してください。異常がない場合には、全ての検診が終わり次第「けんこうのきろく」で結果をお知らせさせていただきます。
- ★学校の検診は、あくまでスクリーニングです。病院を受診した結果、異常がない場合や、検診の結果と異なる場合がありますことをご了承ください。

前髪長くありませんか？

視力検査が全学年終了しましたが、その際に前髪が目にかかっている人を多く見かけました。視力検査の際、とても見えづらそうので、手で髪の毛をあげてもう一度検査をしたところ、前髪がかかっていた時よりもよく見える・・・という人もいました。

前髪が長いと、人は無意識で前髪にピントを合わせて生活してしまいます。近距離でものを見続けてしまうと目の筋肉が疲れ、ピントが合わせにくくなることで、視力の低下につながる場合があります。

切らなくても、ピンで止めたり、結んだりなどの工夫をご家庭で相談していただければと思います。



運動会にむけて確認をお願いします！！



- おしゃれで爪を伸ばしている人もいますが、長い爪は運動時には大変危険です。爪の長い人は爪を短く切ってくるようお願いします。
- 髪を結んでいない状態での体育は、絡まったり、引っかかりたりしてけがの原因になります。髪の長い人はきちんと結んで来るようにしてください。
- これからますます暑くなります。見やすい場所に記名し、水筒を持たせてください。学校でも水筒の扱いについて指導しながら、水分補給を呼びかけていきます。中身は、お茶かお水、暑い時期に限りスポーツ飲料も可とします。（スポーツ飲料を水筒に入れる際は、金属の溶出による中毒などを防ぐため、水筒の確認をご家庭でお願いいたします。）
- 学校生活において、熱中症対策として、うちわ・せんす・首周りを冷やすようなものを持たせていただいても構いません。（ミニ扇風機は不可です）毎年落とし物が多いですので、必ず記名してください。