

# ひだまり



日光市立大室小学校

保健だより 5月号

丈夫な体をつくらう！

新緑が美しい季節になりました。この連休で田植えが終わったところも多いようで、田んぼに植えたばかりの苗が風に揺られる景色は、すがすがしい気持ちにさせてくれます。

この時期は毎日の気温の変化がとても大きく、前日と10度も違うという天気予報を耳にすることも多かったと思います。

昼間は夏のように暑くても、朝晩はまだまだ肌寒いのもこの季節です。この時期は、衣服の調節を学ぶのにとってもよい季節です。汗をかきながら長袖を着ている子をよくみかけますが、「暑かったら脱ぐ」「寒かったら着る」ことも学習です。半袖とパーカー等を組み合わせるなど、子どもが脱ぎ着しやすい服を選ぶことも必要かもしれません。この何気ない習慣が将来「自分の健康は自分で守る力」につながっていくのではないかと考えています。



5月のつばき



「連休は田植えでしたよ」  
「小学生の子は苗ばこ洗い、下の子はオタマジャクシ取りに夢中」  
「親が働いてる姿も見せないと・・・」

先生方の中には田んぼを持っている方も多く、連休明けの職員室ではこんな会話が聞かれました。我が家も子どもが小さいときは、家族みんなで田植えを手伝い、みんなで賑やかに食べたお弁当が一段とおいしかったことを思い出しました。

今では我が家の子どもも家を離れ、今年は主人と二人で静かな田んぼでしたが・・・。

田んぼでなくても、家族みんなで協力して汗を流したり、疲れたり、一緒に笑ったり、食べたりといった経験は子どもたちの心の健康にとっても大切なことと思っています。子どもはすぐ大きくなってしまいます。一緒に活動できるこの時期に、バーチャルな世界では味わえない時間を家庭でたくさんもって欲しいと願います。家族みんなでの思い出が、大きくなった時にきっと子どもたちの「心の元気の素」になってくれると信じています。



## 耳鼻科検診・視力検査の結果

単位 人

学 年	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	計
耳鼻科検診	16	8	12	12	13	13	74
視力検査	8	15	9	12	23	19	86



検診の結果、医療機関の受診を勧めた児童の人数です。耳鼻科検診の結果は、「耳垢栓塞」が一番多くみられました。6月にはプールの授業も始まりますので、ご家庭でもこの機会に是非、お子様の耳のチェックもお願いいたします。耳垢栓塞はご家庭でも対応できることもありますが、無理に取ろうとすると鼓膜を痛めてしまうことがありますので注意が必要です。ご心配な場合は、病院の受診をお勧めいたします。

また、視力検査では片方でも1.0「A」がでなかった方に、受診を勧める通知を配布しました。学校の視力検査は、低学年ですと集中できずに視力がでないということもありますが、通知があった場合は是非受診をお願いいたします。視力が低い場合は、無理をせず自分に合ったメガネをかけることも大切です。

また、一度作ったメガネの度が合わなくなっている児童もいました。早い時期に眼科を受診して相談されますよう、お願いいたします。



4月から行っている健康診断の結果は、再検査が必要な児童にはその都度連絡させていただいています。検診全体の結果は、すべて終了した7月上旬にはご家庭へお知らせする予定であります。それ以前に何か心配などありましたら、いつでもご連絡ください。

### お知らせ

4月末頃より、水痘（水ぼうそう）や溶連菌感染症で休む児童が、ちらほら出ていますのでお知らせいたします。体に気になる湿疹がある場合は早めに病院を受診されますよう、お願いいたします。

出席停止のことや、病気のこと、検診の結果などで何か聞きたいことなどがありましたら、ご連絡いただければと思います。

