

ほけんだより7月

★おうちのひとといっしょに
よみましょう。

長久保小学校 保健室
No.4 令和8年7月13日

健康診断結果の一覧を配付しました

今年の健康診断がすべて終わりました。スムーズに健康診断が進むように協力してくれた児童のみなさん、事前の調査票の記入や準備をくださった保護者のみなさま、ご協力ありがとうございました。

健康診断の結果の一覧を、すべての児童に配付しました。また、健康診断で病気や異常の疑いがあった人のみに、結果と受診のお知らせをこれまでお渡ししています。

保護者のみなさまへ

健康診断の結果、受診が必要な場合は、お早めに医療機関への受診をお願いいたします。
受診後は、結果のお知らせを学校までご提出ください。もし治療中・治療済みの場合は、その旨を保護者の方が記載し提出していただいても構いません。ぜひ、夏休みを活用して受診していただければと思います。

健康診断はスクリーニング検査（病気の疑いがある児童を見つけるための「ふるい分け」）です。お子さまの体の正確な状態を知るためにも、ぜひ医療機関の受診をお願いいたします。

早くに結果のお知らせを提出してくださった保護者のみなさま、ありがとうございます！

耳鼻科検診

結果のお知らせが2種類あります。下に病院の記入欄がある紙が渡った場合は、病院で診てもらうことが必要（要医療）です。それ以外のものはおうちで様子を見て、必要であれば受診をお願いします。

★耳垢栓塞 … 鼓膜が見えないくらい、耳あかがたまっています。聞こえが悪くなったり外耳炎を起こすこともあるため、病院で耳あかをとってもらいましょう。

★鼻炎・アレルギー性鼻炎 … 主にくしゃみ・鼻水・鼻づまりが起こります。原因がアレルギーによるものを、アレルギー性鼻炎といいます。

視力検査

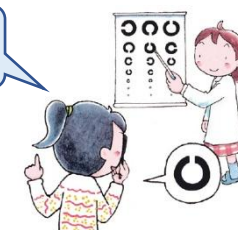
視力がB以下（めがねをかけている場合はめがねでの視力がB以下）の人にお知らせを渡しています。一度は眼科での検査をおすすめします。



結果	視力	意味
A	1. 0以上	よく見えています。 後ろの方の席でも黒板の字が問題なく読めます。
B	0. 7～0. 9	学校生活にはほとんど影響がありません。 黒板の小さい文字が見えにくいことがあります。
C	0. 6～0. 3	教室での授業に少し影響があるかもしれません。 後ろの方の席だと黒板の文字が読みにくいです。
D	0. 2以下	一番前の席でも黒板の字が見えにくい状態です。 すぐに対策をする必要があります。

学校の視力検査と、病院での検査の結果がちがったのは、なんで？

学校では一度にたくさんの児童の視力検査をしています。また、教室の明るさや環境、そのときの目の状態などによって、実際の視力よりも悪い結果が出る場合があります。自分の本当の視力を知るためにも、病院で検査してもらうことをおすすめしています。



歯科健診

むし歯は早めに歯医者さんに行って治しましょう。むし歯は自然に治りません。かみ合わせや、その他に気になることがあるときは、歯医者さんに相談してください。

Q. 身長も体重も友だちよりも増えていなかった。なぜ？



- ① 牛乳をいっぱい飲んだから
- ② 成長は個人差があるから
- ③ もう成長が止まったから

A. ② 成長は個人差があるから

成長のペースには個人差があります。身体測定ではみなさん一人ひとりの成長を確認します。友だちではなく、前の自分と比べましょう。あまり変化がないときは、バランスの良いごはんを食べる、たっぷり寝るなど、生活を整えるきっかけにしましょう。

