



令和5年5月8日  
大和田小 保健室  
お家の人と一緒に  
読みましょう。

学校が始まってから約1ヵ月が経ちましたが、みなさん調子はどうでしょうか。新しい環境に慣れてきた人もいれば、まだまだ緊張の中、頑張っている人もいます。頑張りすぎず、少しずついいので、できることを増やしていきましょう。休み明けは、体だけでなく心の健康も崩しやすくなります。生活リズムを整えるとともに、自分の気持ちや心にも目を向けて、大切にしてください。

健康診断の日程

|    |        |             |
|----|--------|-------------|
| 5月 | 9日(火)  | 聴力検査1年・なかよし |
|    | 11日(木) | 聴力検査2年      |
|    | 12日(金) | 聴力検査3年      |
|    | 15日(月) | 聴力検査5年      |
|    | 18日(木) | 尿検査2次 回収日①  |
|    | 19日(金) | 尿検査2次 回収日②  |
|    | 22日(月) | 視力検査1年・なかよし |
|    | 23日(火) | 視力検査2年      |
|    | 24日(水) | 視力検査3年      |
|    | 25日(木) | 心臓検診1年・対象者  |
|    | 26日(金) | 視力検査4年      |
|    | 29日(月) | 視力検査5年      |
|    | 30日(火) | 視力検査6年      |



健康診断では、体に異常がないか、バランスよく成長できているかは見ることができませんが、その原因や正確な数値は見ることはできません。  
「受診のすすめ」をもらった人や、気になるところがある人は、早めに病院へ行きましょう。

視力検査の結果 **A, B, C, D** ってどんな意味?

|   |         |                            |
|---|---------|----------------------------|
| A | 1.0 以上  | 学校で生活するのに、十分な視力です。         |
| B | 0.7~0.9 | 学校の生活で、たまに困ることがあります。       |
| C | 0.3~0.6 | 教室の後ろから黒板の文字が見えにくいことがあります。 |
| D | 0.2 以下  | 教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です。    |

※B,C,D の人は・・・病院を受診して、メガネが必要なら使しましょう。



心臓検診ってなにをするの?

心臓が「ドキン、ドキン」と正しく動いているかの検査を行います。手首と足首に洗濯ばさみのようなものをつけたり、お腹に吸盤のようなものをつけたりします。痛くないので安心して検査を受けてください。



