

ほけんだより 5月

令和4年 5月10日
昭島市立富士見丘小学校
養護教諭 星 直子

児童の皆さんへ

あたらしいクラスや学年での生活には慣れてきたでしょうか。変化が多いこの時期は、心も体もつかれやすい時期です。たくさん睡眠をとる、心配事を誰かに相談してみるなど、つかれをとる方法を見つけられるとよいですね。保健室でも相談をすることができます。いつでも待っているので、気軽に話をしにきてください。

調節できる服装で登校しましょう

夏に向けてだんだんと気温が上がる時期です。先日、気温が27℃になった日には、体調を崩して保健室に来た子がたくさんいました。その一方で、15℃前後と涼しい日もあり、日によって気温が大きく変わります。

また、一日のなかでも、朝の登校時間と日中に学校で過ごす時間では気温が変わります。気温の変化にあわせて調節しやすい服装で登校しましょう。

ハンカチ・マスクの予備をランドセルに入れておきましょう

ハンカチを忘れてしまい、手を洗ったあと拭くものがない子を見かけます。また、マスクを汚してしまったため新しいマスクがほしいと言って保健室にくる子がいます。

忘れてしまうことは誰にでもあります。外で遊んだらマスクが汚れてしまうこともあるでしょう。ランドセルに予備のハンカチとマスクを入れておくと困らずに済みます。

毎日持ってくるものとは別で、予備をランドセルに入れておくようにしましょう。

健康診断の準備をしましょう

27日(金)は歯科検診です。

歯科検診では、虫歯だけでなく、歯についている汚れや歯茎の様子も見てもらいます。朝ごはんのあと、必ず歯をみがいてから登校しましょう。



31日(火)は眼科検診です。

眼科検診では、目に病気がないかどうかをみてもらいます。前髪が長い場合は、目にかからないように、ピンやゴムでとめておきましょう。



保護者の皆様へ

保健関係の資料の提出や健康診断の実施にあたり、ご協力いただきありがとうございます。今回は、4月に実施した視力検査の結果をお知らせいたします。

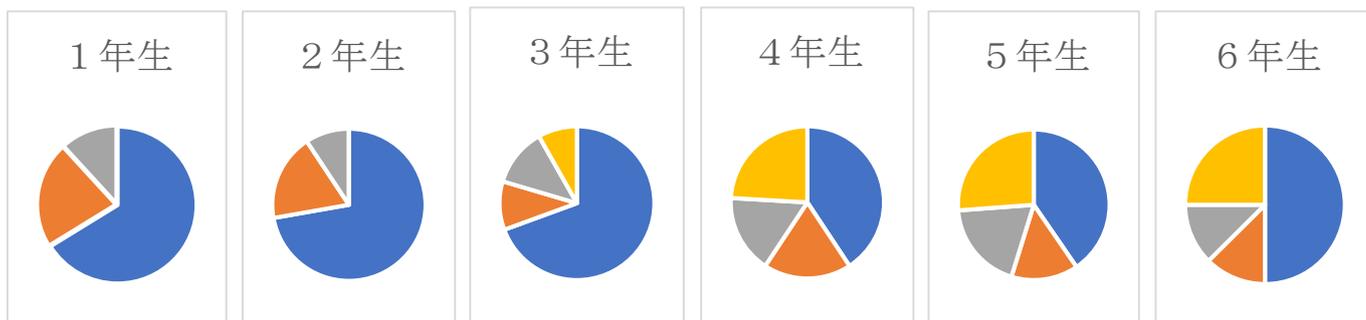
視力検査の結果

		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
受検者数		68名	54名	49名	54名	42名	32名	299名
裸眼視力	A	45名 (66.2%)	39名 (72.2%)	34名 (69.4%)	22名 (40.7%)	17名 (40.5%)	16名 (50.0%)	173名 (57.9%)
	B	15名 (22.0%)	10名 (18.5%)	5名 (10.2%)	10名 (18.5%)	6名 (14.3%)	4名 (12.5%)	50名 (16.7%)
	C	8名 (11.8%)	5名 (9.3%)	6名 (12.2%)	9名 (16.7%)	8名 (19.0%)	4名 (12.5%)	40名 (13.4%)
	D	0名 (0%)	0名 (0%)	4名 (8.2%)	13名 (24.1%)	11名 (26.2%)	8名 (25.0%)	36名 (12.0%)

※さくら学級のデータは各学年に含まれています。

※左右で視力が異なる場合は、低い方にカウントしています。

●A ●B ●C ●D



学年があがるにつれて視力が低い子が増えていることがわかります。子どもの視力低下は、全国的に問題となっており、文部科学省による令和2年度・学校保健統計調査では、視力が1.0未満（B以下）の小学生の割合が37.52%で過去最多になっています。その背景として、ゲームやスマートフォンの長時間利用などが影響しているのではないかと分析されています。ゲームやスマートフォンの使い方（利用時間や部屋の明るさ、姿勢など）について、今一度ご家庭でお子様と確認していただけたらと思います。

個々のお子様の結果は、緑色の用紙でお知らせしています。子どもの視力は改善する場合もあるため、すぐには眼鏡を必要としない場合もあるようです。一方で、急な視力低下は疾患が影響している場合もありますので、一度眼科を受診していただくことをお勧めします。病院での検査結果や治療の経過は、学級担任を通じてお出してください。ご不明な点がございましたら、保健室までご連絡ください。