

ほけんだより 5月

2023年5月29日
佐古小学校保健室
No. 6

家庭数



ぜんがくねん ないかけんしん お けっせき ひと ごしつ ほうかこ しかん つか
全学年の内科検診が終わりました。欠席していた人は後日、放課後の時間を使って、
かみくぼ いっしょ にしまないか い う
上窪と一緒に西山内科へ行って受けるようになります。
あと によけんさ し び かけんしん し かけんしん ねんせい つづ けんさ まえ
この後、尿検査、耳鼻科検診、歯科検診（4～6年生）と続きます。検査がある前
にはほけんだよりでお知らせするので、おうちの人といっしょに読んでくださいね。

ない かけんしん お がっこう い にしませんせい はなし
内科検診を終えて、学校医の西山先生のお話より

- ほけんちょうさひょう こうもく はい ひと けんしん き ひと
・保健調査票の項目でチェックが入っていた人は、検診で気になる人はいませんでした。
- うんどうき こうもく はい ひと せんせい み はんい
・運動器の項目でチェックが入っている人には、先生に診てもらいました。このくらいの範囲
もんだい き いちどくわ せいけいげ か み
なら問題ないとのことでしたが、気になるようでしたら、一度詳しく整形外科で診てもらって
もよいかもしれませんね。とのことでした。
- ぜんそく も ひと むね おと き もんだい
・喘息を持っている人は、胸の音がきれいに聞こえていて、問題ありませんでした。



ほけんちょうさひょう うんどうき いがい おお こうもく
保健調査票“運動器”意外とチェックが多かった項目：『しゃがみこみができない』

あし うら ぜんたい
足の裏全体を
ゆか
床につけてしゃがめ
ますか？



あしくび
足首・ふくらはぎなどのストレッチ
をしてからやってみましょう。



- いた つよ ばあい
・痛みが強くなっている場合
- れんしゅう つづ ばあい
・練習を続けてもできるようにならない場合
- ま うち たお ばあい
・ひざが曲がらずに後ろに倒れる場合
⇒せいけいげ か じゅしん けんとう
⇒整形外科への受診を検討してみてください
(チェックがある人は検診時に練習するとできるようになっていました)

せいかつようしき か わしき
生活様式が変わり、和式ト
イレを使わなくなってきた
ものも影響しているかも

にしませんせい かんせんじょうほう
《西山先生からの感染情報》

しき
この時期ですが…

こうなつ で びょういん じゅしん がた なんけん
高熱が出て、病院を受診したところ、インフルエンザA型だったというケースが何件
かあるようです。

きせつせい か ぜ ゆだん たいちよう すく ばあい じゅしん ねが
季節性の風邪かな？と油断せず、体調が優れない場合は、受診をお願いします。

