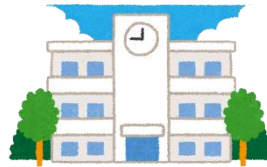


ほけんだより 7月

ねんど やくもしょうがっこう ほけんしつ
R8年度 八雲小学校 保健室



学校健康診断

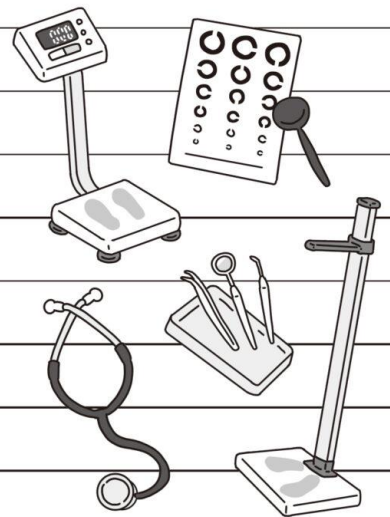
健康診断結果、
これってどういうこと？

よく見つかる所見



健康 健康診断は健康状態を確認する大切な機会です。自分の体がどのような状態なのか、健康診断結果を理解する参考にしてください。

検査項目	病気・状態	説明
身体測定	低身長	身長が平均より2標準偏差以上低い。成長ホルモンの異常や病気が隠れている可能性も
	やせ	低血圧や不整脈、無月経、骨粗しょう症など、多くの健康障害を招く恐れがある
	肥満	生活習慣病をはじめ多くの疾患や、関節障害になりやすい
内科検診	アトピー性皮膚炎	アレルギーが原因で、強いかゆみを伴う発疹が繰り返し現れる
聴力検査	難聴	聴力が低下し、音を聞き取りづらい
	耳垢栓塞	耳垢が溜まり、音の通り道を塞いでいる
	外耳炎	外耳道に炎症が起きている
耳鼻咽喉科検診	アレルギー性鼻炎	アレルギーが侵入すると、くしゃみ、鼻水、鼻づまりが過剰に起こる
	副鼻腔炎	副鼻腔（鼻周辺の骨の中の空間）で炎症が起きている
	扁桃腺肥大	喉の奥の扁桃腺が腫れて大きくなっている
	言語障害	ことばの表出や理解に遅れがある、発音が不明瞭、吃音 など
歯科検診	むし歯	細菌が作り出した酸によって、歯質が溶けている
	歯肉炎	歯肉が赤く腫れ、出血が起りやすくなっている
	エナメル質形成不全	歯の表面のエナメル質がうまく形成されていない
	歯列・咬合の異常	歯並びや噛み合わせに異常がある
視力検査	近視	近くは見えるが、遠くはぼやけて見えない
	弱視	視覚の発達が遅れ、視力が十分にでない
眼科検診	斜視	両眼の視線がそれぞれ違う場所を向いている
運動器検診	脊柱側弯症	背骨が左右に曲がっている
心電図検査	先天性心疾患	生まれつき心臓や血管に異常がある
	不整脈	心臓の拍動が乱れている。QT 延長症候群やWPW 症候群などの心疾患が原因となることも
尿検査	尿蛋白	たんぱく質が尿に混じっている。病気やストレスなど原因は様々
	尿潜血	血液が尿に混じっている。尿路感染症の可能性も



所見があった人は、病院を受診し、くわしく診てもらいましょう。

しん・がっ き
新学期に

スタートダッシュ をかけるために

せい かつ
生活リズム
チェック

- ☐ あさ まいにち おな し かん お
朝は毎日だいたい同じ時間に起きている
- ☐ あさ た
朝ごはんを食べている
- ☐ ひる ま からだ うご
昼間に体を動かしている
- ☐ よる し かん き
夜はゲームやスマホの時間を決めている
- ☐ し かん おな
ねる時間がだいたい同じになっている



しん がっ き む
新学期に向けてチェックを
ふ
増やしていこう！
なつ やす かた
夏休みの過ごし方で、
か
スタートが変わりますよ。

かた
おうちの方へ

台風や雨の日に体調不良「気象病」かも



あめ ひ き あつ さ まえ き
雨の日や、気圧が下がる前に、決まって体調が悪くなる子どもが増え
ています。サボっているのではなく、じ りつ しん けい みだ
自律神経の乱れなどによって引き
お
起こされる「気象病」かもしれません。

きしやうびやう しやうじやう
気象病の症状

ず つう めまい みみ な けんたい かん かん せつ つう どう き
頭痛 めまい 耳鳴り 倦怠感 関節痛 動悸 など

なま
怠けでは
ありません

り かい びやうき まわ め き
理解されにくい病気なので、周りの目を気にして
ふ とうこう しやうじやう とくちやう はつしやう
不登校になるケースも。症状の特徴や発症しやすい
じやうけん り かい ひつやう ば あい きゅうそく じゅしん
条件を理解し、必要な場合は休息や受診をするなど
たいさく た
対策を立ててあげてください。



ほけんしつ
～保健室からのつぶやき～

しゅうがくりよう い だ て じだいむら きたこがねかいづか ばしよ
修学旅行に行ってきました！伊達時代村やマリナーパークニクス、北小金貝塚など、たくさんの場所に
い ねんせい いっしょ しゅうがくりよう い
行きました。6年生と一緒に修学旅行に行くことができ、とてもうれしかったです😊

あした なつやす なつやす す わたし ほうかつてきせいきょういふ けんしゅう
明日からは夏休みですね！みなさんは、どんな夏休みを過ごしますか？私は、包括的性教育の研修に
さんか ながのけんまつもとし い じもと やまぐちけん きせい たの よてい
参加するために長野県松本市に行ったり、地元の山口県に帰省したり、楽しみな予定がたくさんあり
ます。みなさんが、げんき えがお す なつやす
元気に笑顔で過ごせる夏休みになりますように。

なつやす あ はなし き たの たが すてき なつやす
夏休み明けに、たくさんお話が聞けることを楽しみにしています😊お互い、素敵な夏休みにしよう!!

