

ほけんだより5月



令和5年5月2日(火)
京都府立井手やまぶき支援学校
保健室

新学期が始まり1か月が経ちました。新しいクラスやお友達、先生などには慣れたでしょうか。新しい環境に慣れないうちは心と体ともに疲れやすいものです。疲れや体調不良を感じたら、十分な睡眠をとったり、趣味や好きなことでリフレッシュしたりと、心身ともに休まる時間を作ってみてください。

☆学校生活を送るに当たり支障があるかどうかについて疾病をスクリーニングし健康状態を把握するために健康診断を実施します。

<p>視力検査</p> <p>目がよく見えているかを検査します。</p>	<p>聴力検査</p> <p>音がしっかりと聞こえているかを検査します。</p>
<p>内科検診</p> <p>体の中や皮膚が健康か、みてもらいます。</p>	<p>歯科検診</p> <p>むし歯や歯周疾患がないかなど、みてもらいます。</p>
<p>眼科検診</p> <p>目の病気にかかっていないか、みてもらいます。</p>	<p>耳鼻科検診</p> <p>耳や鼻の病気にかかっていないか、みてもらいます。</p>
<p>整形外科検診</p> <p>側弯と四肢をみてもらいます。</p>	<p>心臓検診</p> <p>心臓に異常はないか、みてもらいます。</p>
<p>検尿検査</p> <p>腎臓に異常がないか、糖尿病はないか検査します。</p>	<p>胸部X線検査</p> <p>病変や結核のおそれがないか、検査します。</p>

5月の保健目標

自分の体や健康について知ろう

健康診断日程

9日(火) 整形外科検診【小学部】	24日(水) 耳鼻科検診【小学部・中学部】
検尿一次【全学部】	25日(木) 眼科検診【全学部】
15日(月) 内科検診【小学部・高等部】	29日(月) 検尿二次【対象者】
16日(火) 内科検診【小学部】	30日(火) 検尿二次【対象者】
18日(木) 歯科検診【全学部】	心臓検診【各学部一年生】
19日(金) 内科検診【中学部】	31日(水) 耳鼻科検診【中学部・高等部】
23日(火) 胸部X線検査【高等部一年生】	○調整中(5月中) 視力・聴力【小学部】



はついくそくていけっか、しひまんど、こうもく、ひまんど、きじゆん、は以下のお知らせに、肥満度の項目があります。肥満度の基準は、いか、どお、けっか、ひかく、じぶん、からだ、じょうたい、かくにん、以下の通りです。結果と比較し、自分の体の状態を確認してみてください。

	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	-20%以下			20%以上		
判定	高度やせ	やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-30%越 -20%以下	-20%越~ +20%未満	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50%以上