

ほけんだより

No. 4 令和3年5月11日
出雲崎小学校 保健室

5/12 (水) です!



眼科検診～こんなことを調べます～

目の病気がないか、目のまわり、まつ毛、まぶた、結膜などを調べます。

●主な目の病気

- ものもらい…まつ毛の根もとにバイキンが入って、はれたり赤くなったりする。
- さかさまつ毛…まつ毛が内側に向いてはえているため、まつ毛がめにさわってチクチクする。
- アレルギー性結膜炎…花粉、ゴミなどのために、目がかゆくなる。最近とても増えてきている!!

検査を受ける前に…

- 朝、顔をあらってきましょう。
- 前髪が長い人は、目にかからないようにピンでとめたり、目にかからないように長さを調整しましょう。
- メガネをかけている人は、検査のときははずします。

健康診断の結果をお知らせしています。

結果が出たものから、**治療や受診が必要なお子さんのみ、個人宛に結果をお渡し**しています。

『結果のお知らせ』を持ち帰った場合は、早めに受診をお願いします。受診後は、学校生活で配慮すべきこともありますので、速やかに受診結果を学校へお知らせください。



「新しい生活様式」で歯みがきをしましょう!

- となりの人と距離をとって、みがきましょう。おしゃべりはしません。
- 歯みがき中は、換気をしっかりしましょう。
- 歯みがき中は、できるかぎり上下のくちびるを結びましょう。
- 前歯の裏側をみがくときは、もう一方の手でおおいましょう。
- ブクブクうがいは、できる限り少ない量(10ml位)で行うようにしましょう。水をはきだすときは、できるだけ低い位置からゆっくりはきだすようにしましょう。
- 使用した歯ブラシは、流水でよく洗いましょう。

飛沫を飛ばさない工夫、できていますか?