

# えがお

H23. 4. 11  
No. 2  
上小阿仁小・中学校保健室



新学期が始まり、みなさんそろそろ疲れが出てくる頃です。規則正しい生活に気をつけ、次の日に疲れを残さないようにしましょう。

## 12日：貧血検査のみ 小5～6年



朝食は、しっかり食べ、普段通り登校してください。耳たぶから、ちょっと採血します。

成長期の子どもは、鉄分の必要量が普通より多いため貧血になりやすいのです。貧血とは、血液中の赤血球（ヘマトクリット）の減少や、赤血球に含まれる色素（ヘモグロビン）の量が少なくなった状態をいいます。ヘモグロビンは酸素を体の中に運び、いらなくなった二酸化炭素を持ち帰り、肺から外に出すなど重要な働きをしているので、ヘモグロビンが少ししか造られないと、全身に運ばれる酸素の量が減少し、体が酸素不足になってさまざまな症状が起きてしまうのです。

## 12日：血中脂質・貧血検査 中：全学年



朝食を持参してください。

血中脂質検査は将来、生活習慣病になりそうでないかどうかを現在の血液から探るために検査をします。11日(今日)の午後9時以降は、飲食ができません。

### 至急

### お願い

#### 保健調査票の記入のお願い

お子さんの学年のあてはまる項目に○をつけて下さい。小学1年生は、生育・既往・予防接種の欄にもご記入ください。その他の学年でも付け足す事がありましたらご記入ください。

大変急で申し訳ございません。

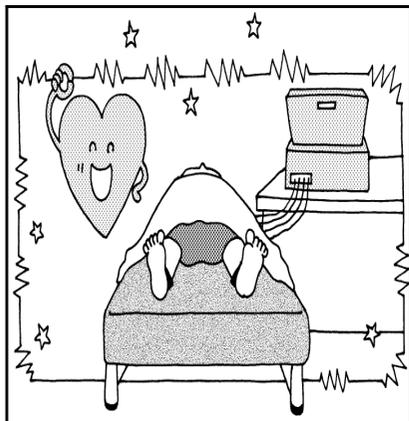
**あす(12日)までに提出をお願いします!!**

## 12日：心電図検査



小学校：1年・4～6年  
中学校：全学年

学校生活や運動で問題になる心疾患や突然死を引き起こす可能性がある不整脈がないかを調べます。



心臓の病気は、普段自覚症状がないことも多く、思いがけない事故につながることもあるので、とても大事な検査です。

いろいろな器具を体につけるけど、痛くないからこわがらず安心してしずかにそーと寝ていてね。

## 12日：眼科検診：小中学校

※ 眼鏡持参。コンタクトの人はそのまま検査します。

### 眼科検診の受けかた。

<p>眼科検診を受ける前に… 前がみの長い人はいませんか？</p> <p>目にかからないように、きちんととめるか、切っておきましょう！</p> <p>目の前にかみの毛がちらついていると視力がおちてくることあるので気をつけましょう。</p>	<p>検査を受けるときは… 先生の顔を見るようにしましょう。 先生が目を見てくれます。</p> <p>ちょっとまぶしいよ</p> <p>おやがいます！</p>
---	---

花粉軍団 猛攻中xxx

ディフェンスラインは 鉄壁のラットスリー！

こまめにうがい・手洗い・洗顔・洗眼する

外出時はマスク・メガネを着用する

外出後は部屋に入る前に服や髪をはたく

3 花粉症ではない人も、級友のために 部屋に花粉を入れないように

ご協力をお願いします！