

ほけんだより



～ 10 月の保健目標 ～

★目を大切にしよう

遠くに望む山の木々も色づき始め、秋の深まりを感じるようになりました。今週で1学期も終了します。先日、4月に立てた『元気目標』の振り返りをしました。達成度を見ると、“まあまあできた”と評価した児童が多かったものの基本的な生活習慣が乱れていたり、ノーテレビ・ノーゲームデーが守れなかったりしたようです。10月は、8日【骨と関節の日】、10日【目の愛護デー】、13日【体育の日】など健康に関する記念日が多い月です。1学期の締めくくり、そして2学期の新たなスタートのこの機会に生活習慣や健康についてもう一度目を向けてみてください。



10月10日は、10を横から見ると「1」が「まゆげ」, 「0」が「目」に見えることから【目の愛護デー】になりました。

私たちは、普段情報の80%を“目”から得ていると言われています。目で見て脳に届けられた情報によって行動しているのです。近年、ゲーム機器や携帯端末、DVD等の普及により、子どもたちの視力低下のスピードと人数増加が著しくなっています。目にやさしい生活を心がけて大切な目（視力）を守っていきましょう。



目のけがに注意!!

目のけがは、こんなふうには起こっていません

部活動で



自打球が直撃



スマッシュが当たった



接触プレーで激突



キャッチボールに失敗

授業中・ふだんの生活の中で



けんかで殴られた



振り回した棒が直撃



プリントの角が目



ベンチで釘を抜こうとして

けがの多い種目は

- 野球
- バドミントン
- テニス
- サッカー …など



こんなけがが起こっています

- 眼瞼裂傷（目の上が切れる）
- 眼窩底骨折（眼球を支える薄い骨が折れる）
- 眼球破裂、角膜裂傷、網膜剥離などの重大なけがも起こっています。
- まゆげの打撲にも注意!!
視神経を保護する骨（視神経管）を傷つけて、失明することがあります。

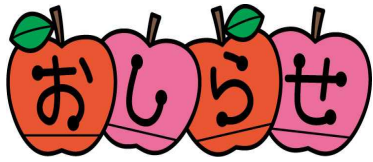
こんなときは、急いで眼科へ

- ぼやけて見える。
- ものが二重に見える。
- 一部だけ見えない範囲がある。（視野が欠けている）
- 目が痛い。

症状がなくても必ず受診

目や目のまわりに物が当たったり、ぶつかったりしたときは、痛みや見えにくさなどの症状がなくても、その日のうちに眼科に受診して、精密検査を受けましょう。

⚠ 治療が遅れると、視力が低下したり、目に障害が残る場合があります。



仙台市急患センターの小児科が 新市立病院内に移転します！！

仙台市急患センターの小児科は、

11月2日(日) 午前9時45分から『仙台市夜間休日こども急病診療所』

として、新しい**仙台市立病院**(太白区あすと長町)に併設し、夜間や休日の急病小児(14歳以下の軽症の内科的疾患)の診療を行います。容体が急に急変することが多い小児救急について、市立病院救命救急センターと連携して、軽症から重症まで総合的な小児救急医療が提供されます。

上記により

★11月2日(日) 午前7時まで : 仙台市急患センター(若林区舟丁)



★11月2日(日) 午前9時45分から : (新) 仙台市立病院『仙台市夜間休日こども急病診療所』

なお、ケガなどの「外傷」、「眼や耳などの専門的な症状」は、引き続き『仙台市急患センター(小児科以外の内科・外科・整形外科・婦人科・眼科・耳鼻咽喉科の各科)』で診療します。



10月16日(木)に 秋の発育測定を行います！

●秋休み明けの10月16日(木)に『秋の発育測定(身長・体重)』を行います。体育着で測定しますので、休み明け忘れずに持ってきてください。

●秋休みに歯ブラシ・コップを持ち帰ります。歯ブラシの状態を点検いただき、毛先が開いている場合には交換をお願いします。

●春の健康診断で、「歯科」や「眼科」など受診のすすめを配付した児童で受診が済んでいない場合は、秋休みを利用して早めに医療機関への受診をお願いします。

また、受診が済みましたら【受診報告書】を学校へご提出ください。

●10月6日に予定されていた『5年 脊柱側彎症検査』は、臨時休校となったため、11月7日(金) 14:30~実施します。

