

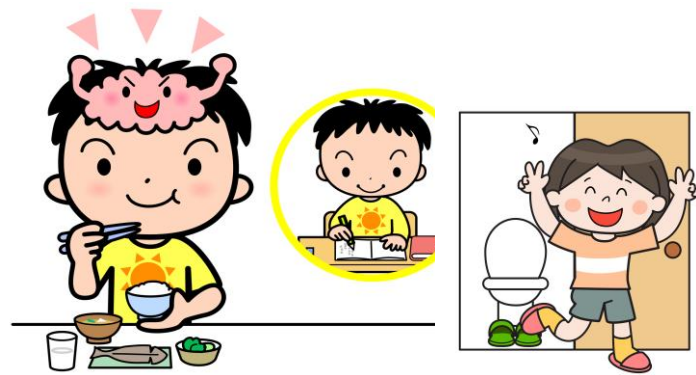
# ほけんだより

令和元年5月7日  
越谷市立川柳小学校  
NO. 2

## なぜ大切な？ 朝ごはん

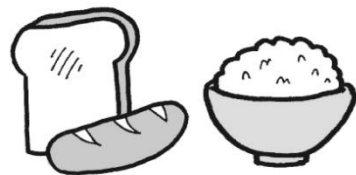
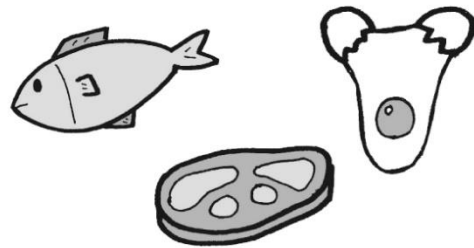
### ◎朝ごはんを食べると…？

- ・体温が上がって、  
からだが目をさします
- ・脳にエネルギーが送られ、  
頭がはたらきます
- ・腸がしげきされ、  
うんちが出やすくなります



### ◎どんなものを食べるといいの？

- ・たんぱく質 → 体温を上げます  
肉、魚、卵、とうふ、牛乳、チーズなど



- ・たんすいかぶつ → 脳のエネルギーになります  
ごはん、パン、めん、シリアルなど

★野菜やくだものをくわえると、  
えいようバランスのよりよい朝ごはんに！



運動会の練習もはじまります。かならず朝ごはんをたべてきましょう！

### おうちの方へ

## 定期健康診断の結果について

4月から5月にかけて、さまざまな健康診断を行っています。健康診断の結果は順次お知らせいたします。医療機関での受診が必要な場合はできるだけ早く詳しくみていただき、学校にもその結果をお知らせください。

なお、学校での検査は医療機関で行う検査とはちがい、スクリーニングといって、お子さまが学校生活を送る上で注意すべきことがないかを大まかに調べるものです。

そのため、医療機関で詳しく見ていただいた結果、「異常なし」と診断されることもあります。

また、ご家庭で疾病を把握し、すでに医療機関にかかっている場合でも、学校医からの所見があった場合には通知をすることがありますので、ご了承ください。



★受けた人全員にお知らせする検査…歯科、尿、心臓、運動器、色覚

★所見があった場合にお知らせする検査…内科、耳鼻科(聴力)、眼科(視力)

健康診断の結果について、わからないことや心配なことがありましたら、担任または保健室までお知らせください。

## 学校感染症にかかったら

学校は集団生活の場なので、感染が拡大しやすくなります。そのため、以下のような感染症にかかった場合は、学校は「出席停止」となります。出席停止期間は欠席扱いになりませんので、ゆっくり休養して健康の回復につとめてください。



### 主な学校感染症

- |           |         |               |        |
|-----------|---------|---------------|--------|
| インフルエンザ   | 麻疹(はしか) | 流行性耳下腺炎(おたふく) |        |
| 水痘(水ぼうそう) | 風疹      | 溶連菌感染症        | 感染性胃腸炎 |
| 咽頭結膜熱     | 流行性角結膜炎 | など            |        |

