

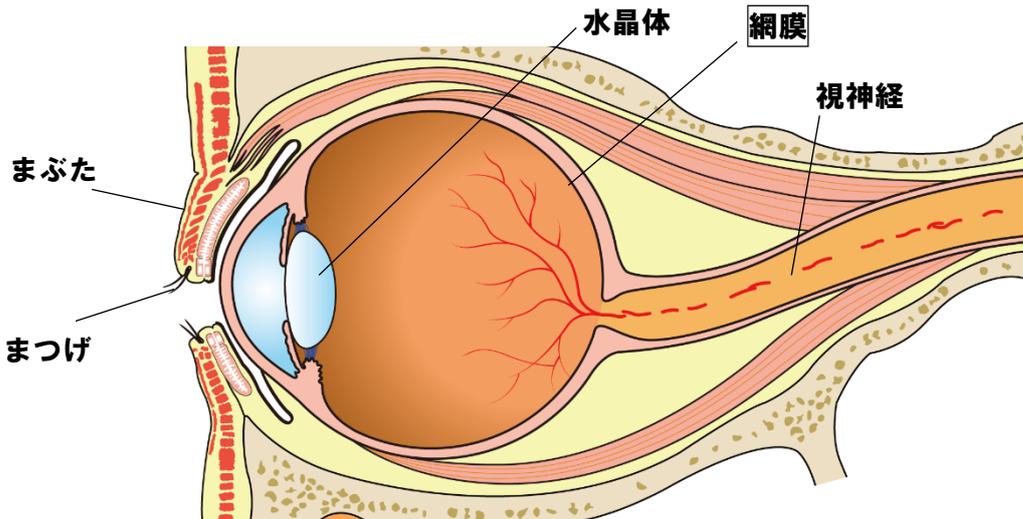
## 2学期が始まりました！

2学期が始まって早くも2週間が経とうとしています。学校の生活リズムに体が追いついてきた頃でしょうか。今月は第2回定期考査や修学旅行もあります。授業や学校行事に前向きな気持ちで取り組めるよう、生活リズムを整えましょう。



### ? 色覚検査って?

1年生を対象に、希望者のみ色覚検査を実施します。すでに申込書を提出してもらいました。ところで、色覚検査とは具体的にどのようなことを調べるか知っていますか？



外から目に入ってきた光は網膜に写ります。網膜には光を感じとる視細胞があります。

視細胞で色や形を認識しています。色の組み合わせによっては、色を識別しにくい人がいます。

識別しにくい色がある可能性の有無を調べるものが色覚検査です。学校での色覚検査はあくまで、色覚異常の可能性を調べるための簡単な検査であり診断を確定するものではありません。詳しい検査が必要な人には、受診の案内をします。



- 学校での検査は色覚異常を診断するものではありません。
- 学校での検査では、どの色が識別しにくいかまでは分かりません。



- 2、3年生で、1年生の時に検査を受けておらず、検査を希望する人は個別に申し込みが可能です。保護者の方に記入してもらった申込書を渡しますので、保健室に取りに来てください。
- 1年生で申込期限を過ぎてしまった場合も、申込書を提出すれば検査可能です。

## 3年生はもうすぐ修学旅行です！



修学旅行に向けて、出発前に体調を整えましょう！

- 睡眠を十分にとり、睡眠不足にならないようにする
- 栄養バランスのとれた食事をする
- 手洗い・うがいをして、出発前にかぜなど体調を崩さないようにする
- 宿泊学習中に必要な薬を準備しておく  
(持参薬は飲み慣れたものにする)
- 健康面で心配なことがある人は、事前にかかりつけ医に相談しておく

乗り物に酔いやすい人は……

修学旅行は新幹線・バス・タクシーと多くの乗り物に乗ります。

乗り物酔いには、①酔い止め薬を飲む、②乗り物の進行方向や遠くを見る、③エチケット袋をいざという時すぐ使えるところに準備しておく。場合によっては眠ってしまうのもいいかもしれません。自分に合った方法を考えて、少しでも快適に過ごせるようにしましょう。



★1週間前に配布される健康観察カードをきちんと記入しましょう。★

## ●○保護者の方へ○●

### 夏休み後の受診報告書の提出と色覚検査について

1学期の健康診断で異常の疑いがあった人には受診勧奨プリントをお渡ししました。夏休み中にも受診していただきありがとうございます。報告書がまだご家庭にある場合は、早めにご提出いただくと幸いです。

まだ受診報告書の提出が確認できていない場合は、再度受診勧奨プリントをお渡しします。ぜひ受診するようご指導いただき、お子様の健康推進にご協力ください。

【※再通知する項目：中耳炎、耳垢塞栓、う歯、歯石、歯肉炎、歯列咬合異常】

すでに治療済のものや、定期的に病院にかかっているものについてはその旨を記載しご提出ください。

表面でも記載しましたが、色覚検査は毎年1年生の希望者を対象に検査を実施しています。9月の定期考査後から、放課後等の時間を活用して順次校内にて検査します。他学年で色覚検査を希望する場合は、申込書をお渡ししますので9月中にお申し出ください。