

# ほけんだより

かどましりつすなごしょうがっこう  
門真市立砂子小学校

ほけんしつ けんこうしんだんごう  
保健室 健康診断号

2021.5.19(水)

## がんかけんしん し 眼科検診のお知らせ

【日にち】5月20日(木)

【学年】がくねん ぜんがくねん全学年

けんしん まえ  
検診の前には、

せっけん て  
石けんで手をあらいましょう!



がんかけんしん め まつげ けつまく かくまく め びょうき  
眼科検診では、目のまわり・まつ毛・まぶた・結膜・角膜などをみて、目の病気がないか  
しらべ  
を調べます。

けんしん けつか びょうき みつかったばあい がんかけんしんけつか おしらせ わたします  
検診の結果、なにか病気が見つかった場合は、「眼科検診結果のお知らせ」を渡します  
ので、かかりつけのお医者さんおいしゃ そうだんに相談してください。

### がんかけんしん うけかた 【眼科検診の受け方】

①保健室ほけんしつ しずかで静かに並びます。

②メガネめがねをつけている人は、はずします。



③問診表もんしんひょうにマーカーのある人は、見やすい向きみやすい向きで校医先生こういせんせい わたしに渡します。

④校医先生こういせんせいに目を見てもらうときは、自分で下まぶたじぶん したまぶたをひっぱります。

れんしゅう  
練習しておきましょう!



※マスクうをつけたまま受けます。

まえがみ め  
前髪は目にかからないようにしておく。

目のギモン

Q. 目をこすったら どうしてダメなの?  
A. こすって目の表面にキズができると、バイキンが入りやすくなります。目の病気にかかってしまうことも。

Q. 暗いところで本を読んだら どうしてダメなの?  
A. 光を取り入れようと、目の筋肉が緊張状態になります。長い時間続けていると、目が疲れてしまうのです。

Q. 太陽を見たら どうしてダメなの?  
A. 太陽から届く光の明るさは、地面から1mの高さにあたる100ワットの電球1,000個分と同じ。直接見ると、目を傷めてしまいます。