



ほけんだより 4月号

令和5年4月7日
松梅校小学部 保健室

進級おめでとうございます。ドキドキわくわくの1年がスタートしました。今年はどんな1年にしたいですか？
まずは「なりたい自分」を思い浮かべてみましょう。一人一人のがんばる気持ちを保健室から応援しています！

保健室って、どんなところ？

★こんなときは、ほけんしつへ！

★おぼえてね！ほけんしつのやくそく



けがをした



ぐあいが悪くなった



けがや病気で来たときはなるべく担任の先生に言う



「どこが」「どうして」「どんなようす」を伝える



相談したい、話を聞いてほしい



からだやこころ、健康について知りたい



ほけんしつの中でさわがない、走らない



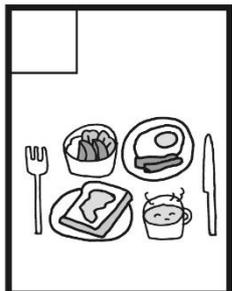
ものを使う、かるときはひと声かけて

ほけんしつで手当てを受けたときは、必ず、お家の人に伝えましょう！

おうちでチェック！ 毎朝の健康かんさつ



【チェック①】前の日はよくねむれましたか？



【チェック②】朝ごはんをしっかりと食べましたか？



【チェック③】体のだるさはありますか？



【チェック④】頭のいたみはありますか？



【チェック⑤】熱っぽいかんじはありますか？



【チェック⑥】おなかのいたみはありますか？



【チェック⑦】「げり」や「べんぴ」になっていませんか？



【チェック⑧】そのほか、ぐあいがわるいところはないですか？

この他にも気になることがあったら、お家の人に伝えましょう。体調が悪いときは、無理をせずにお家でゆっくり休むことも大切です！

けん 健康 しん 断 はじ 始まります

おうちの人と一緒に確認しましょう

日にち	内容	学年	気を付けること
4月18日(火)	尿検査	全学年	朝、忘れないようにしましょう
4月20日(木)	心臓検診	1年・経過観察者	体操服で受けます バスタオルを持ってきてください
	歯科検診	全学年	給食後に歯みがきを ていねいにしましょう
4月24日(月)	身体測定・視力検査	全学年	体操服で受けます
	聴力検査	1・2・3・5年	耳の掃除をしておきましょう
4月27日(木)	内科検診	全学年	体操服で受けます
5月2日(火)	尿検査(二次)	対象者	朝、忘れないようにしましょう
5月23日(火)	耳鼻科検診	全学年	耳の掃除をしておきましょう
6月20日(火)	眼科検診	全学年	

学校医の紹介

今年度お世話になります。

学校医 吉谷 先生 (富士大和温泉病院)
 学校歯科医 服部 先生 (はっとり歯科医院)
 耳鼻科医 堤 先生 (つつみ耳鼻咽喉科)
 眼科医 坂井 先生 (やまと眼科)
 学校薬剤師 後藤 先生 (やまぐち薬局)

健康診断の前日は

- お風呂に入って、からだを清潔に
- 耳そうじをしておく
- 忘れ物がないよう準備する
- 早めになて、体調をととのえる

おうちのかたへ

養護教諭の中村です。松梅校4年目になります。お子様が元気に学校生活を送れるよう保健室からサポートしていきます。今年度もよろしくお願ひします。

◆感染症対策について

- 引き続き、毎朝の検温をしていただきますようお願いいたします。
- お子様に発熱などのかぜ症状があり、普段の体調と異なる場合、または同居する家族等に同じような症状がある場合は、自宅での休養をお願いします。

◆配布物について

以下の保健関係の書類を封筒に入れて配布しています。健康診断に必要な書類もありますので、記入漏れがないよう確認していただき、4月13日(木)までに封筒に入れて提出をしてください。

- 保健調査票 結核検診問診票 運動器検診保健調査票 フッ化物洗口申込書

◆色覚検査について

本日、色覚についてのプリントを配布しています。お子様の色覚について気になることがございましたら、学校へご相談ください。