

# ほけんだより4月

2023.4.7

唐津市立佐志小学校  
保健室



入学・進級おめでとうございます。春休みは元気に過ごせましたか？  
ピカピカの1年生38名を迎え、全校児童246名で新しい佐志小学校  
がスタートします。保健室は、皆さんが元気で楽しく過ごせるように、  
お手伝いします、よろしくお願ひします。

4月からマスク着用は自由ですが、これまでと同じように、手洗い、  
手指消毒・教室の換気・密には気を付けて生活しましょう。



発育測定	4月10日(月)～	全校	体操服、めがね(視力検査)
心臓検診	4月19日(水)	1年生のみ	体操服を着て実施します。
検尿	5月2日(火)	全校	前日に容器を配ります。
内科健診	5月11日・12日・16日・25日・29日・30日		
耳鼻科健診	5月15日(月)・24日(水)	耳掃除をしましょう	
眼科健診	5月17日(水)	全校	

※新学期配布物がたくさんあります。保健関連プリントの締め切りは4月14日(金)です。

## 健康診断のメリット

- ① 自分の体の様子や成長のしかたがわかる。
- ② 病気の早期発見・早期治療につながる。
- ③ 健康や自分の体への関心が高まる。

## 1日の始まりに！健康チェック

1日を健康に過ごすために朝、体調などをチェックしてみましょう。

- 朝ごはんを食べることができましたか(食欲はありましたか)？
- 頭が痛い、おなかが痛いなどの不調はありませんか？
- 熱は高くないですか？
- おなかがこわしていませんか？
- のどの痛みやせき、くしゃみなどはありますか？
- からだはだるくないですか？

## 保健室で「できないこと」って？

- ✕ つづけて手当てをうける  
保健室での手当ては「おうきゆうしよち」です。くり返しの手当てやちりょうが必要なときは病院へ行きましょう。
- ✕ のみ薬をもらう  
かぜ薬やおなかの薬などはあげられません。おうちの人といっしょに「かかりつけ」のお医者に相談してください。
- ✕ 長い時間休ようする  
高い熱があるなどぐあいが悪く、教室にもどることがむずかしい場合は、おうちの人にお知らせして「早たい」になります。

養護教諭の岡本です。佐志小2年目です。どうぞよろしくお願ひ致します。  
欠席や遅刻連絡は、8時10分頃までにお願ひします。

