

ほけんだより 4月号



令和2年4月9日 上勝小学校保健室
養護教諭 北浦 可奈子

ご入学・ご進級おめでとうございます

新学期が始まりました。4月は新しいことがたくさんでわくわくしますが、疲れもたまりやすい時期です。楽しい学校生活を送るために、まずは「早寝・早起き・朝ごはん」で元気に1日を送りましょう！ほけんだよりでは、保健関係のお知らせの他にも、みなさんが元気にすごすための情報を伝えていければと思います。今年度もよろしくお願ひします。

4月の保健目標
健康診断を正しく受けよう！

健康診断の予定

検査項目	日にち	対象学年	検診内容
身体測定	4月10日(金)	全学年	身長・体重を測定します。
視力検査	4月13日(月)	全学年	視力を測定します。
内科健診	4月24日(金)	全学年	栄養状態、心臓や肺の音、骨格・皮膚に異常がないかを調べます。
歯科健診	5月28日(木)	全学年	むし歯や歯ぐき、かみ合わせに異常がないかを調べます。
心電図検診	5月19日(火)	1年生・4年生	心臓の働きに異常がないかを調べます。
眼科検診	4月16日(木)	全学年	目や目のまわりに異常がないかを調べます。
耳鼻科検診	6月2日(火)	全学年	耳、鼻、のどに異常がないかを調べます。
尿検査(1回目)	5月12日(火)	全学年	糖尿病や腎臓病などの病気がないかを調べます。
尿検査(未提出)	5月22日(金)	未提出者	
尿検査(再検査)	6月4日(木)	再検査者	

☆決められた日に欠席すると病院まで保護者の方に連れて行っていただき検査を受けることになります。欠席しないように体調を整えておきましょう。
☆身体測定は体操服で行います。視力検査の時、普段眼鏡を使っている人は忘れずに持って来てください。
☆健診や検査の結果で、異常等があった場合は早めに病院受診をお願いします。

保健室はこのようなところです

ケガの手当てをします

「いつ」「どこで」「どんなふう」にケガをしたのか、おしえてください。

具合が悪くなったら休めます

くあいがわるいときには、ベッドでやすむことができます。

からだの成長や状態を知ることができます

身長計や体重計も使えます。先生にひとこといってから、使ってください。

からだについて学べます

本もあるので、しりたいことがあったらよんでください。

先生が話を聞きます

からだの“気になること”があったら、話にきてください。なやみやそらだんがあるときも、話をききます。

保健室でも これはできません

- 病院とはちがうので、のみぐすりはあげられません。
- しつぱやばんそうこのと敷りかえなどは、おうちでしてくださいね。
- 保健室にあるものを、むだんで使ったり、もちだしたりしません。

保護者の方へ

今年度もお子さまの健康と安全を守り、毎日元気に生活が送れるよう、ご家庭と協力しながらサポートをしてまいります。健康診断等に伴う提出物や、学校でのけがや急病の際のお迎えなど、ご協力いただくことが多々あるかと思いますが何卒よろしくお願いいたします。また、小学生のうちに早寝・早起き・朝ごはんや、手洗い・うがい・歯磨きといった基本的な生活習慣をしっかりと身につけることは、お子さまの将来への大きな贈り物となります。お忙しい中、これらを徹底させることは大変ではございますが、是非とも習慣化できるようご協力をお願いいたします。さらに、個人の健康はもちろん、集団の健康を守る観点からも登校前にはご家庭で朝の健康観察をよろしくお願いいたします。

◎提出していただくもの

保健調査表、結核検診問診票、学校生活管理指導票(アレルギーについて)

4月13日(月)まで