

ほけんだより 4月

令和6年度
小碓小学校
保健室

このたよりはホームページでご覧いただけます。

入学・進級おめでとうございます。

不安と楽しみでドキドキわくわくしながら迎えた新学期。規則正しく元気に過ごしまし
よう。保健行事のお知らせや健康に過ごすために、「ほけんだより」を発行していきます。



養護教諭の近藤受美です。4月からみなさんが元気に過ごせるよう
にお手伝いをします。よろしくおねがいします。

保健室を利用するときは、ルールを守って、みんなが気持ちよく
使えるようにしましょう。

☆ 保健室に入るとき、出るときにはあいさつをしましょう。

(入るとき)「しつれいします。〇年〇組の小碓花子です。」

(出るとき)「ありがとうございました。しつれいしました。」

4月 保健行事予定

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
8 にゅうがくしき 入学式	9 しぎょうしき 始業式	10	11	12
15 しんたいそくてい 身体測定 しりょくけんさ 視力検査 眼鏡 (6年)	16 しんたいそくてい 身体測定 しりょくけんさ 視力検査 眼鏡 (2年・くすのき)	17 しんたいそくてい 身体測定 しりょくけんさ 視力検査 眼鏡 (5年)	18 しんたいそくてい 身体測定 しりょくけんさ 視力検査 眼鏡 (4年)	19 しんたいそくてい 身体測定 しりょくけんさ 視力検査 眼鏡 (3年)
22 しんたいそくてい 身体測定 しりょくけんさ 視力検査 眼鏡 (1年)	23 ないかけんしん 内科検診 (5・6年) 13:30~	24 しきのうけんさ 視機能検査 (1年)	25 えんそく 遠足	26 じんぞう 腎臓・糖尿病 けんしん 検診(尿検査) 1次
29	30 ないかけんしん 内科検診 (2・4年) 13:30~			

保健室はこんなところです

できること



ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



できないこと

薬を渡す



治療をする



保健室では、応急手当や休養しかできません。薬を渡したり、治療したりすることはできません。使っている薬や飲み薬は自分で持ってきましょう。

けんこうしんだん はじ
☆健康診断が始まります☆

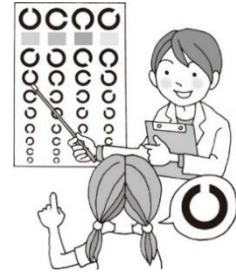
けんこう す 健康に過ごすためにとっても大切なことです。
 たいせつ
 しっかり受けましょう。



しんたいそくてい しんちよう たいじゆう
身体測定（身長・体重）
 きよねん くら
 去年と比べてどれくらい
 おお
 大きくなったかな？



がん か けんしん
眼科検診
 め びょうき
 目の病気はないかな？



しりよくけんさ
視力検査
 み
 見えづらくなっていない
 かな？



じ び か けんしん
耳鼻科健診
 ねんせい ねんせいちゆうしゆつ
 （2・4年生・6年生抽出）
 みみ はな びょうき うたが
 耳や鼻の病気の疑いはい
 かな？



ちようりよくけんさ
聴力検査
 1・2・3・5年生
 き
 聞こえづらくなって
 いないかな？

しんぞうけんしん ねんせい
心臓健診（1年生）
 しんぞう びょうき
 心臓に病気はないかな？

じんぞうびょう どうりょうびょうけんしん
腎臓病・糖尿病検診
 にょうけんさ
 （尿検査）

おしっこに病気のサイン
 が隠れていないかな？



うんどう きけんしん
運動器検診
 うご わる いた
 動きの悪いところや痛
 み、背骨や肩のゆがみはい
 かな？



ない か けんしん
内科検診
 からだ なか びょうき
 体の中の病気はないかな？
 のどの様子、皮膚の病気、栄養
 状態などはどうかな？



し か けんこうしんだん
歯科健康診断
 は はなら
 歯やあご、歯並びやかみ
 あ じょうたい ば し
 合わせの状態、むし歯や歯
 にくえん
 肉炎などはないかな？

けんこうしんだん がっこう い せんせいがた しょうかい
健康診断をしてくださる学校医の先生方を紹介します。

- | | | | | | |
|------------|-------|----------|-------|------|---------------|
| ない か | 内科 | はっとりまみこ | 服部満美子 | せんせい | 先生（クリニックおかだ） |
| がん か | 眼科 | さとう よしえ | 佐藤 淑恵 | せんせい | 先生（当知眼科） |
| じ び いんこう か | 耳鼻咽喉科 | あんどう あつし | 安藤 篤 | せんせい | 先生（つるまい耳鼻咽喉科） |
| し か | 歯科 | ふるはし だけし | 古橋 剛 | せんせい | 先生（フルハシ歯科） |
| やくざい し | 薬剤師 | まきとう まさみ | 鬼頭 雅美 | せんせい | 先生（ひいらぎ薬局） |



保護者の方へ

【身体測定と肥満度の結果について】

身体測定と肥満度の結果を保護者の方にお知らせします。
お子さんといっしょに成長のバランスについて話し合う
資料にしてください。



【健康診断の結果について】

健康診断の結果により、「受診（治療）のすすめ」の用紙を配付します。その場合は、必要に応じて専門医を受診し、精密検査・治療等を受けていただきますようお願いいたします。また、受診の経過・結果等を学校までお知らせください。「治療のすすめ」が配付されなかった場合は、「異常なし」ということです。

【学校感染症について】

下記のような感染症にかかったときは、必ず学校へご連絡ください。医師の登校許可が出るまでは、ご家庭で安静にしてください。欠席した日より出席停止となります。

新型コロナウイルス感染症・インフルエンザ・麻疹（はしか）・風疹（三日ばしか）・水痘（みずぼうそう）・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）・咽頭結膜熱（プール熱）・百日咳・髄膜炎菌性髄膜炎・流行性嘔吐下痢症・手足口病・伝染性紅斑（りんご病）・溶連菌感染症・マイコプラズマ感染症・結核・流行性角結膜炎・ヘルパンギーナ・ウイルス性肝炎・腸管出血性大腸菌感染症・急性出血性結膜炎・感染性胃腸炎 など

【感染症対策について】

学校では、感染症対策を引き続き行いますが、ご家庭でも下記のことについて、ご協力をお願いします。

- ☆ 免疫力を高めるための十分な睡眠、適度な運動、バランスのよい食事
- ☆ ハンカチ・ティッシュペーパーの持参
- ☆ こまめな手洗い

【色覚特性について】

色覚（色の見え方）には個人差があります。お子さんの色の見え方が気になる場合は、学校にご相談ください。

【欠席・遅刻の際は連絡をお願いします】

学校を欠席、または遅刻する場合には、学校まで必ず連絡をお願いします。小碓小学校では、スマートフォンやパソコンから欠席連絡ができます。当日の朝8：20まで受付可能です。前日や当日早朝からも連絡可能です。右の二次元コードを読み取り、欠席・遅刻連絡を行ってください。なお、きずなネットアプリをご利用の方は、これまで通りご利用いただけます。お子さんの安全確認のため、よろしくをお願いします。

