

おやこ
親子で読もう!

ほけんだより



4月保健目標

☆ 健康診断で

自分の体の様子を知ろう!

令和5年4月10日国領小学校保健室

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。そして2年生以上のみなさん、進級おめでとうございます。今年度も保健室でみなさんの健康について見まもります養護教諭の「
」です。みなさんが学校で楽しく過ごせるようお手伝いしますのでどうぞよろしくお願いいたします。

☆ 4月の保健行事 ☆

日	曜日	内 容	対象学年	
10	月	視力検査	6年	★視力検査について 眼鏡を使用している人は、 必ず眼鏡を持ってきてください。 
11	火	視力検査	5年	
12	水	身体測定	全学年	 ふえた? kg のびた? cm
13	木	視力検査	4年	
14	金	視力検査	3年	 しー!!
17	月	視力検査	2年	
18	火	視力検査	1年	～健康診断を受ける際の注意～ ① 必ず手を洗って保健室へ来室する。 ② 順番を待つときは静かに待つ。 (保健室のお隣は、1年生の教室です。)
19	水	聴力検査	3・5年	
20	木	聴力検査	1・2年	 
21	金	内科健診	4・6年生	
26	水	耳鼻科健診	全学年	  はな みみ のど
27	木	心臓検診	1年生 転入生	

☆☆☆☆☆保護者の方へお知らせとお願い☆☆☆☆☆

新型コロナ感染予防対策として※今年度よりマスクの着用は求めません。

- ① 毎日の検温と記録を健康観察表に記入してください。
- ② ハンカチやタオルを携帯してください。(ランドセルに予備を必ず入れること。)
- ③ 学校で発熱や風邪症状がある場合は、お迎えをお願いしています。ご対応よろしくお願いいたします。

健康診断の結果について

健康診断では、病気の疑いのある人にお知らせをします。お知らせをもらった人は、病院などの医療機関で詳しく診てもらうことをお勧めいたします。学校での健康診断は、スクリーニング(病気の疑いのある人を見つけ出すもの)なので、医療機関での受診の結果、「異常なし」と診断されることもありますことを御了承ください。受診が終わったら、結果報告書の御提出をよろしくお願いいたします。すでに受診済みの場合や経過観察中の場合は、次回受診する際に記入していただき、提出してください。

健康診断

なにをしらべる？
なんのため？



今月から健康診断がはじまります。1年生のみなさんはぜひ、おうちの人といっしょに読んでみてください。2年生以上のおみなさんはおさらいとして読んでください。

なにをしらべるの？

★身体計測

身長・体重から、成長の様子はどうか

★内科

心臓や肺、骨・皮ふの様子、栄養がとれているか



★運動器

手や足、骨・関節などに異常や病気がないか

★歯科

歯やあご、歯肉（歯ぐき）に異常や病気がないか



★耳鼻科

耳・鼻・のどに異常や病気がないか

★眼科

目や目のまわりに異常や病気がないか

★視力

目がどのくらい見えているか

★聴力

耳がどのくらい聞こえているか

★結核

「結核」という病気のうたがいがいいか

★尿

腎臓病や糖尿病などのうたがいがいいか

なんのためにしらべるの？

- ◎からだの状態や成長の様子がわかる
- ◎異常・病気を早く見つけられる・早くなおせる
- ◎自分のからだについて知り、興味もてる
- ◎健康に生活するための目標がわかる



健康診断のときも
忘れ物に気をつけて！



おせわになります！

学校医の先生方

内科	(根本しおり)	先生・(しおり小児科)
眼科	(元木 竜一)	先生・(国年眼科クリニック)
耳鼻科	(小川 裕)	先生・(小川耳鼻咽喉科)
歯科	(南 清隆)	先生・(みなみ歯科クリニック)
薬剤師	(三井 靖子)	先生・(ドラッグケイオー駅前薬局)

健康診断をはじめとする学校でのみなさんの生活を見まもり、サポートしてくださる先生方です。会ったときはきちんとあいさつをしましょう！



おぼえてね！ほけんしつ

○ できること × できないこと

○ けがの「おうきゅうしょち」

すりきず・きりきずは、水道でよく洗って・どろをきれいにあらひながしてからきてください。



○ ぐあいがわるいときの「きゅうよう」

きゅうようは1時間くらいがめやす。それでもよくなりなときは、おうちの人にむかえをお願いしています。



○ なやみ・こまりごとの「そうだん」

学校やほけんしつのことではなくても、あなたのなやみ、こまっていることを話してみてください。



○ からだやこころの「べんきょう」

ほけんしつにも本やざしをおいています。読みたいときは先生にひとこえかけてください。



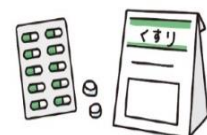
× てあての「つづき」

「きのうのしつぷをとりかえてほしい」などはNG。おいしゃさんに行って、ちりょうをうけましょう。



× 「のみ薬」をもらってのむ

かぜ薬やおなかの薬などはほけんしつでもらえません。ひつような薬はじぶんで持ってきてましょう。



て あら 手を洗ったあとは



ハンカチでふこう