

ほけんだより 4月

2021年
池田小学校
保健室

入学・進級おめでとうございます！

裏面に「おうちのかたへのほけんだより」があります。

新しい学年がスタートしました！新しいクラス、新しい先生…。どんなすてきな1年間になるでしょうか？どきどきわくわくしますね(*^~^*)



保健室では、みなさんが元気いっぱい学校生活を送ることができるよう応援しています！

ほけんだよりは、そのためのヒントをたくさんおせていきます。おうちの人といっしょに読んでくださいね♪



『いつでも』
『だれでも』
『どんな理由でも』
来てくださいね♪

けがをしたとき

手当てをします。
『いつ・どこで・どこが・
どうして・どうなった』のか、
先生に教えてください。



体調がわるいとき

一時的にベッドや
ソファでお休みします。



なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることや困って
いることがあれば、いつでも
お話してくださいね(*^~^*)



からだや健康について知りたいとき

保健室には、みんなの役に
立つ本や資料なども置いて
あります。



自分がどのくらい大きくなったか知りたいとき

身長計・体重計があります。
使うときは、声をかけてくださいね。





健康診断は、自分のからだや健康状態を知るチャンス！この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、毎日元気に過ごせるよう、健康的な生活を心がけましょう(^o^)*

身体計測(4/13)
身長・体重をはかります。

視力検査(9/1)
ものを見る力がどれくらいかしらべます。

メガネをお忘れなく！
(もっている人のみ)

聴力検査(4/14)
音をきく力がどれくらいかしらべます。

ぜひ前日に
みみそうじ
耳掃除を！

尿検査(4/19)
腎臓などに病気や異常がないかしらべます。

眼科検診(4/19)
目に病気や異常がないかしらべます。

心臓検診(4/21)
※1年生のみ
心臓に病気や異常がないかしらべます。

耳鼻科検診(4/22)
※2・5年生のみ
耳・鼻・のどに病気や異常がないかしらべます。

ぜひ前日に
みみそうじ
耳掃除を！

内科検診(5/20)
心臓・肺・ひふ・骨・栄養状態をしらべます。

歯科検診(6/3)
むし歯や歯ぐき、かみ合わせなどをしらべます。



内科	谷向先生	谷向内科
耳鼻科	服部先生	服部耳鼻咽喉科
眼科	丸山先生	すぎもと眼科医院
歯科	田邊先生	タナベ歯科医院
薬剤師	村木先生	みわ薬局

ごあいさつ

保健室の 妻澤 優希 です。

池田小学校のみんなが毎日
元気に楽しく学校生活を送れるよう、お手伝いさせていただきます！

よろしくお願ひします。





ほけんだより

2021年
池田小学校
保健室

(1) 保健関係書類の提出をお願いします

- 児童生徒保健調査票
- 結核に関する保健調査票
- 緊急連絡カード
- 児童環境調査票
- スポーツ振興センター同意書（1年生のみ）
- 心臓検診票（1年生のみ）

すべて「青色の封筒」の中に入っています。

提出日：4月12日（火）まで

(2) 登校前に健康観察をお願いします

新学期は大きく環境が変化するため、不安と緊張で子どもたちにとって心も体も疲れやすくなる時期です。今年度も、ご家庭での朝の健康観察をお願いいたします。以下のことをチェックして、学校で元気に生活できる状態であるかを確認してください。



お子さまと一緒にチェックしてください。

- 熱（普段より体温が高い）はありませんか
- だるさはありませんか
- 咳は出ていませんか
- 顔色はよいですか
- 食欲はありますか

※体温記録カードに記入し、毎日お子さまに持たせてください。

もし熱があったり、体調がわるい様子がみられたりするときは、無理に登校させず、お家でゆっくり休ませてあげてください。

(3) 健康診断の結果について

4～6月に健康診断が行われます。学校では病気の疑いのある人にお知らせをしていますので、病院では「心配なし」と診断されることもあります。

しかし、視力の低下など、「毎年のことだから、わかっているから…」とそのままにするのではなく、定期受診の目安としていただければと思います。



(4) 保健室での着替えについて

学校で着替えが必要になった場合、保健室のシャワー室で体をきれいに洗い、着替えをします。そのとき、

- パンツ→保健室にある新品に履き替えます。後日おうちから同サイズの新品のパンツを返していただきます。
- その他の服→保健室に備えてあるものに着替えます。これらは後日洗濯をして、返していただきます。(なるべく早めの返却をお願いします)

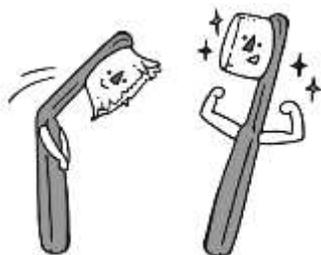
また、雨の日は登校中に靴下がぬれてしまうことが多いので、いつもお子さまのランドセルに予備の靴下を入れてください。ご協力お願いいたします。



(5) ハブラシチェックについて

子どもたちは、給食後にはみがきをがんばっています。歯を健康に保つためには、ハブラシを適切な時期に交換することが大切です。毛が開いたものは清掃能力が落ちるだけでなく、歯や歯ぐきを傷つける恐れがあります。

お子さまがお家にハブラシを持って帰ってきたときに、お子さまと一緒にハブラシチェックをして、必要であれば新しいハブラシに交換をお願いします。



ブラシの背中側から見て、毛がはみ出ているようであれば交換のサインです！