

いつも * にこにこ *



ほけんだより No.1

令和4年4月7日 沢地小学校 保健室

入学、進級おめでとうございます。新しい年度がいよいよスタートしました。「ほけんだより」では、保健行事や体や心の健康などについて、お知らせいたします。みなさんが笑顔で楽しく学校生活を送ることができるように、心と体の健康をサポートしていきたいと思っています。いつでも誰でも気軽に保健室に来てください。どうぞ宜しくお願いします。

心や体のことで気になることや心配なことがあったらいつでも来てくださいね。

養護教諭(保健室の先生)
山田 史子



今月の保健目標

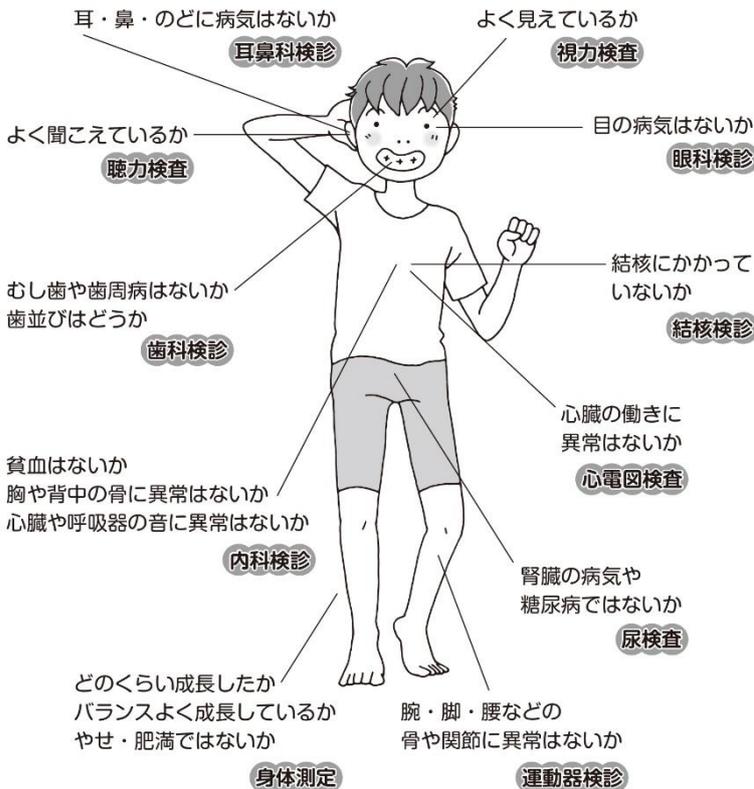
自分の体について知ろう



毎年4~6月に健康診断を行います。「どれくらい成長したか」「病気や異常の疑いがないか」などを調べます。健康診断の結果をよくみて、治せる場合は治療して、自分の体を大切にしましょう。

健康診断ではこんなことを調べます

学校で元気に学習したり運動したりするために行うのが、健康診断です。新しい学年の始まりに、自分のからだについて知り、健康面をきちんと整えましょう。



保健室をきもちよく利用するための みんなのルール

先生にことわってから来ましょう (緊急の場合を除く)



保健室に来た理由を言葉で伝えてください



休養している人がいるときは静かにしてください



室内の器具を使うときは声をかけてください



読んだ本は、もとの場所に返してから教室へ



すり傷は、水道の水で洗って来ましょう



よろしくお願いします!



学校医の先生方

内科	板垣 貴史 先生	(三島共立病院)
眼科	永井 重夫 先生	(永井眼科)
耳鼻科	石田 良治 先生	(三島中央病院)
歯科	斎藤 彰久 先生	(SDCさいとう 歯科クリニック)
薬剤師	田嶋 ゆかり 先生	(おひさま薬局)

健康診断 日程一覧表

検査ごとに諸注意がありますので、御家庭で事前の準備をよろしくお願いします。

検査項目	注意事項	1年	2年	3年	4年	5年	6年
発育測定	身長・体重を測ります。髪型は <u>頭頂部に膨らみが出ない</u> ように配慮をお願いします。 ※身長や体重の増減について等、気になることがある場合は、保健室までご相談ください。	4/13 (水)	4/14 (木)	4/12 (火)		4/11 (月)	
視力	メガネ・コンタクトのある子は、持たせてください。						
聴力	前日に耳垢をとっておいってください。	4/11(月)~4/22(金)					
尿	検査前夜は多量のビタミンCをとらないでください。 朝1番の尿を容器に入れ、ふたはしっかりしめてください。 月経中の子は、1次予備又は2次検査の時にいきます。	1次検査提出日:4/15(金) 予備日:4/22(金) 朝8:30提出厳守 (前日に容器を配布します)					
心臓 (心電図)	1・4年生に心臓検診調査票の配付があります。 検査時はくつ下と下着をぬぎ、上半身は裸になります。 ※1・4年生以外も内科検診結果で検査を受ける場合有	4/25 (月)			4/25 (月)		
内科	聴診・視診・問診(結核・背骨・四肢の状態・胸郭・心臓)などによる総合的検診です。 事前に問診票(2枚)の配付があります。	5/13(金)			4/26(火)		
耳鼻科	事前に耳鼻咽喉の病気調べの配付があります。 前日に耳垢をとっておきましょう。	5/12(木) 1・4・6年(全員)+抽出児童					
眼科	前髪が目にかかっていないよう、切るか結ぶ等しておいてください。朝、しっかり顔を洗ってきましょう。	5/26(木)					
歯科	朝、歯みがきを忘れずにしましょう。 ※3・4年生は歯の健康について学ぶ、健口教室もあります	6/9(木)			6/2(木)		
色覚	1・4年生の希望者に実施します。	4年は7月、1年は学校生活に慣れた9月以降に、個別に実施します。					

—提出書類の確認をお願いします—

- 1 結核に関する問診票(全学年)
- 2 脊柱および四肢の状態問診票(全学年)
- 3 耳鼻咽喉の病気調べ(全学年)
- 4 保健調査票(2~6年は内容の確認・加筆)※1年生は入学式で提出済。
- 5 学校心臓検診調査票(1・4年のみ)
- 6 色覚検査健康相談希望調査(1・4年のみ)
- 7 日本スポーツ振興センター同意書(1年のみ)
- 8 健康手帳(1年のみ。学年・組・名前を表紙と内側の上に記入。)

保健関係書類提出日
4月11日(月)