

ほけんだより 4月

2023. 4. 12
おおたかの森小学校
保健室 No.1

ほけんもくひょう 保健目標

はや お あさ はん た
早起きして朝ご飯を食べよう！

にゅうがく ご入学おめでとうございます！

今年度、保健室におります、鈴木美紀と宮嶋美桜です。

みなさんが、健康に毎日元気にすごせるように

お手伝いさせていただきます。

今年度一年間、よろしくお願いします。



朝ご飯を毎日食べていますか？朝ご飯は脳(頭)と体を自覚めさせ、調子を整え、元気に一日のスタートをきるためにかかせません。私たちの脳(頭)は、朝ごはんを食べることで栄養をもらい、活発に活動を始めます。



<身体測定を受けるときの注意点>



髪(かみ)の毛(け)の長い人は、正確(せいかく)な身長(しんちよう)が計(はか)れないので、頭(あたま)の上(うへ)で結(むす)ばないようにしてください。

体操服(たいそうふく)でおこないます。忘れ(わす)ず持(も)ってきてください。

<視力検査を受けるときの注意点>



眼鏡(めがね)を持(も)っている人は、忘れ(わす)ずに持(も)ってきてください。

<耳鼻科検診を受けるときの注意点>

耳(みみ)の掃除(そうじ)をしてきてください。



お世話になる学校医・学校薬剤師さんの紹介

内科	保田 国伸先生(ライフガーデン中央クリニック)
	西村 健先生(西村内科胃腸科医院)
	西尾 利之先生(にしお小児科クリニック)
	森川 哲行先生(おおたかの森こどもクリニック)
眼科	石井 晃太郎先生(いしい眼科)
	都築 恭子先生(おおたかの森北口駅前眼科クリニック)
耳鼻科	高峰 敦先生(さくらしびいんこうか桜耳鼻咽喉科めまいクリニック)
歯科	太田 智也先生(ながれやま流山おおたかの森歯科矯正歯科)
	齊藤 大先生(おおたかの森歯科クリニック)
	東 洋平先生(ひがしデンタルクリニック)
	檜山 嘉延先生(ひやま歯科医院)
薬剤師	向井 圭子先生

今年度もお世話になります。よろしくおねがいします。

ほけんしつ 保健室ってどんなところ？ こんなときは、保健室へ！



けがをした



あいが悪くなった



相談したい、話を聞いてほしい



からだやこころ、健康について知りたい



がつ けんこうしんだんについて 4月の健康診断日程



月	火	水	木	金
10	11	12	13	14 身体測定 視力検査 (そよかぜ)
17 聴力検査 (そよかぜ)	18	19 耳鼻科検診 (そよかぜ)	20	21 身体測定 視力検査 (1年生)
24	25 聴力検査 (1年1~2組)	26 聴力検査 (1年3~9組)	27 視力再検査 (1年生の 対象者)	28

「健康の記録」「結核検診票・運動器検診票」配付日

4月12日(水)

「健康の記録」「結核検診票・運動器検診票」提出日

4月14日(金)まで

おうちの方へ



新しい年度がスタートしました。健康診断が多く実施される期間となります。調査書等の記入や提出のご協力をよろしくお願い致します。

【救急カードについて】

急な疾病やけがで、保護者へ連絡が必要な時に連絡が取れるようにしてください。仕事先が変わった場合や、携帯電話の番号が変わったときなど、忘れずに学校まで必ず連絡をお願いします。

【保健室の利用について】

保健室の休養は、体調の回復が見込まれるか早退のお迎えを待つ時にできます。どちらも原則1時間としています。他には、心の安静を保つため(心の緊張・不安をほぐすため)にも利用できます。早退のお迎えを待つ時間は、原則1時間としています。勤務状態によりいろいろあるかと思いますが、3時間、4時間保健室で預かることは保健安全上からも好ましくありません。登校前から微熱や体調不良があるときは、ご家庭で様子を見てから登校するか判断してください。

【毎朝の健康観察について】

登校前に必ず体温を測定していただき、健康観察をお願いします。37.5℃以上の熱や強いだるさ、息苦しさ、咳等の症状がある場合には、無理に登校せずに学校を休み、医療機関を受診するようにお願いいたします。

【マスクの着用について】

基本的には、マスクはご家庭の判断で着用を判断していただけたらと思います。授業の内容で、密になることや、マスクが必要な施設に行くことが予想される場合は、事前に学校からお知らせいたしますので、その際は、マスクをご準備ください。

