

ご入学・ご進級おめでとうございます



保健室でお世話になります養護教諭の根岸です。みなさんが元気に過ごせるように、保健室から応援していきます。ほけんだよりでは、保健行事のお知らせや、健康についての情報をお伝えしていきますので、お家の人と一緒に読んでください。よろしくお願いします。

保健室は、どんなところ？

★ けがをした



★ 相談したい、話を聞いてほしい



★ ぐあいが悪くなった



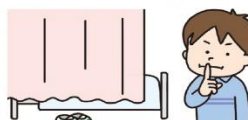
★ からだやこころ、健康について知りたい



★ けがや病気で来るときはなるべく担任の先生に言う



★ 保健室の中ではさわがない・走らない



★ 「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える



★ ものを使う・かりるときはひと声かけて



保健室で『できないこと』とは？

✕ 長い時間の休よう

保健室で休むことができるのは短い時間だけ。教室にもどることがむずかしいときは、おうちの人のおむかえで「そうたい」になります。



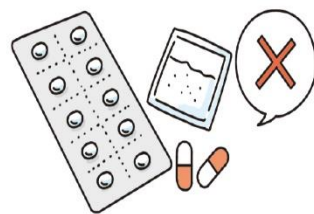
✕ つづけての手当て

保健室で受けられるのは「おうきゅうしょち」。その後のちりようは病院に行き受診し、お医者さんの指示にしたがいましょう。



✕ のみ薬をもらう

かぜ薬やげりどめなどもNGです。毎日のんでいるなど、必要な薬がある場合はそれぞれで持ってくるようにしてください。



●健康診断が始まります！

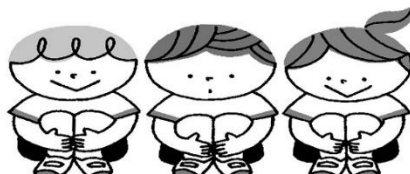
世界的に見ても、毎年全児童生徒を対象に行われることは、とても恵まれています。せっかくの制度です。より良い学校生活を送るために活用していきましょう！

健康診断をうけるときのやくそく

自分のからだや健康の状態を知る大事な機会です。関心をもって積極的にうけましょう



事前のプリントを読み、当日も先生の説明をしっかりと聞く



自分の順番がくるまでおしゃべりせず、静かに待つ



自分の順番になったら校医の先生にきちんと挨拶する



保健行事予定

	検査項目	時間	対象学年
4月11日(金)	身体測定・視力検査	午前中	4、5、6年
14日(月)	身体測定・視力検査	午前中	1、2、3年、さくら
17日(木)	尿検査 (予備日18日)	朝	全学年
22日(火)	聴力検査	午前中	1、2、3、5年
23日(水)	歯科検診	9:00～	1、2、3年、さくら
24日(木)	歯科検診	9:00～	4、5、6年
25日(金)	心臓検診	9:00～	1年
5月9日(金)	内科検診	13:30～	1、2、3年、さくら
16日(金)	内科検診	13:30～	4、5、6年
15日(木)	耳鼻科検診	9:00～	全学年
6月5日(金)	眼科検診	9:30～	全学年

検診を欠席の場合

後日、学校医の先生に保護者の方と受診していただきます。

学校医の先生方を紹介します

内科 南須原 宏城先生
眼科 落合 恵蔵 先生
歯科 落合 保志 先生
薬剤師 四方田 将希先生

みなさんの健康を守るため、健康診断や環境衛生検査、学校保健委員会などでお世話になります。



※耳鼻科を担当していただく先生は久喜まき子先生です。 お会いしたら元気に挨拶をしましょう！

★保健調査票・緊急連絡カードの記入をお願いします！

健康上の問題などをより正しく把握するための調査であり、また緊急時の連絡の際にも使用する大切な書類です。必ず連絡がとれますよう、また会社名も記入をお願いします。年度途中変更がありましたらご連絡ください。4月10日(木)までに担任へご提出をお願いします。(1年生は入学式で提出していただいています。)

*新年度を元気に過ごすために

○早めに寝て、体をゆっくり休めましょう。

○朝ごはんをしっかり食べて、元気に1日を過ごしましょう。

保護者の方へ…新しい環境に慣れるまでは、疲れがたまりやすくなります。

「顔色」「食欲」「体温」など、毎朝の健康観察をお願いします。



あさ けんこう
朝の健康チェック
きょう げんき
～今日も元気かな?～

あさ
朝ごはんを
食べられましたか?

はいべん
排便はありましたか?

ずつう
頭痛やだるさなどは
ありませんか?

健康で、充実した1年間を過ごせると良いですね! 1年間よろしくお願いします。