

4月のほけんだより

4月の
保健目標

じぶん からだ し
自分の体を知ろう

令和4年4月6日 三笠小保健室

ご入学・進級おめでとうございます。

新1年生を迎える、いよいよ新年度が始まりました。今年度も「早寝・早起き・朝ごはん」で健康な心と体をつくり、学校生活を元気に過ごしましょう！



けんこうしんだん

健康診断がはじまります

～ 健康診断をするのはなぜ？ ～

自分の体を
知るため
成長や健康の様子を知る手がかりになります。

自分の健康を
守るため
くわしい検査や治療を受けるきっかけになります。

健康な体を
育てるため
より健康に過ごせるよう考える機会になります。

* 健康診断日程 *

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年	用意するもの 気をつけることなど
身体測定	4/12(火)	4/12(火)	4/11(月)	4/11(月)	4/8(金)	4/8(金)	半袖・短パンの体操服 髪の毛を頭の上や後ろで結ばないでください。
視力検査	6/16(木)	6/15(水)	6/10(金)	6/13(月)	6/9(木)	6/8(水)	眼鏡を持っている人は、 忘れずに持ってきてください。
聴力検査				なし		なし	
歯科健診	6/14(火) 重藤医師	6/2(木) 石津医師	6/7(火) 重藤医師	5/12(木) 石津医師	5/31(火) 重藤医師	5/12(木) 6-1, 6-2 6/2(木) 6-3, 6-4 石津医師	当日朝は歯みがきをしっかりしてきてください。検査で使用した歯鏡を持ち帰ります。家庭での歯みがきチェックなどにご活用ください。
内科健診	5/9(月) 箕輪医師	5/11(水) 我妻医師	5/18(水) 我妻医師	5/11(水) 4-1, 4-2 5/18(水) 4-3 我妻医師	5/16(月) 箕輪医師	5/23(月) 箕輪医師	上半身シャツ1枚の薄着で行います。 ブラ付きTシャツはなるべく避けましょう。
心電図検査	5/18(水)	1年生のみ					4/11(月)までに問診表の提出をお願いします



学 校 医 箕輪 富公 先生 (三笠小児クリニック)
我妻 和夫 先生 (我妻医院)
学校歯科医 重藤 一良 先生 (歯科重藤)
石津 貞之 先生 (港ヶ丘歯科医院)
学校薬剤師 宮脇 雅子 先生 (みやわき健康薬局)

保健室の 本田 真紀 です。

- 児童の皆さん、心も身体も健康に安心して過ごせるよう、保健室からお手伝いしたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。
- ほけんだよりでは、保健行事や保健に関する情報をお伝えしていきます。



保健室

って どんなところかな？



ケガの手当てをします

「いつ」「どこで」「どんなふうに」
ケガをしたのか、教えてくださいね。



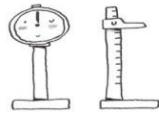
具合が悪くなったら休めます

休養したら教室に帰れそうなときは、
ベッドで休みましょう。



からだの成長や状態を知ることができます

身長計や体重計も使えます。先生に
ひとこと言ってから、使ってくださいね。



からだについて学べます

本もあるので、知りたいことが
あつたら読んでください。



先生が話を聞きます

からだの“気になること”があつたら、
話に来てください。
悩みや相談があるときも、話を聞きますよ。



保健室でもこれはできません

- 病院とはちがうので、のみぐすりはあげられません。
- しつぶやばんそうこうの取りかえなどは、おうちでしてくださいね。
- 保健室にあるものを、かつてに使ったり、持ちだしたりしないでね。

○学校での薬の取り扱いについて（お願い）

学校では、飲み薬の使用ができません。ただし、病院で処方されたお薬を持ってきて、学校で飲むことは可能です。（お子様が自分自身でお薬を飲むことができ、管理できる場合に限ります。）学校にお薬を持たせる場合は、必ず担任へ連絡をお願いします。担任は、飲んだかどうかの確認をいたします。（医師法により、原則として教師が飲ませることはできませんので、ご了承ください。）

○歯みがき運動について

給食後に全校で歯みがきタイムを行っています。小学生の時期は、乳歯から永久歯に生え替わる大切な時期です。むし歯予防のため学校へ「歯みがきセット」を持たせてください。



○新型コロナウイルス感染症予防について

学校では、子供たちが安心して学校生活を送ることができるよう、感染症予防対策とお子様の健康管理に配慮してまいります。ご理解・ご協力をお願いします。

- 毎朝の検温と健康観察を行い、リーバー（健康観察アプリ）に入力をお願いします。（1年生は登録までカード有）
- 手洗い・うがいができるよう、ハンカチ（予備も含め2枚）、ティッシュを持たせてください。
- マスクの着用、ビニール袋（マスクを外した際に入れるため）の持参をお願いします。
- 水分補給のため、水筒（水・お茶等）をもたせてください。
- 体調が悪い場合は、無理をせずお休みさせてください。
- 同居家族に体調不良者（発熱、かぜ症状等）がいる場合も、念のためお休みさせてください。
- 児童や同居家族が新型コロナウイルスに感染したり、PCR検査や抗原検査を受ける場合は、学校に連絡をお願いします。（三笠小学校：0299-82-8101）



～ 保健関係提出物についてのお願い ～

- 保健調査票
- 心臓検診問診票（1年生のみ）

*短い期間で大変申し訳ありませんが、期日までに提出をお願いします。

提出期限 4月11日（月）