

ほけんだより 4月

令和6年4月 逢隈小保健室

～4月の保健目標～
自分のからだについて知ろう

新しい学年になって、しばらくたちました。新しい教室には慣れてきましたか？

先週は、身長と体重や視力をはかりました。5月になると、校医の先生による健康診断が始まります。自分の体の成長や様子を確かみましょう。

ほけんだよりは、保健行事やみなさんの心と体の健康についてのお知らせです。おうちの人と一緒に読んでください。

5月の健康診断

日	検査項目・予定時間	対象学年	連絡等
9 (木)	内科検診 13:30～	2年・5年 わかば・ぼぷら	・半袖・半ズボンの運動着になります。 ・髪の長い人は結んでください。
	尿検査 提出	全学年	※「おうちの方へ」をよく読んで提出してください。
14 (火)	心臓病検診 8:50～	1年・4年	※問診票を持ち検診バスに乗って検査します。
15 (水)	歯科検診 8:40～	2年 6の1・6の2	・朝の歯みがきをていねいにしてきてください。
30 (木)	歯科検診 8:40～	わかば・ぼぷら 3年・5の1	・朝の歯みがきをていねいにしてきてください。
31 (金)	耳鼻科検診 9:00～	1年・3年・5年	・髪が長い人は耳が見えるように結んでください。

健康診断って？
なにをするの？

みなさんの体に病気や異常がないかを調べます
詳しい検査や治療を受けるきっかけに

自分の体のことがわかります
成長のようすやどのくらい健康か知る手がかりに

自分の体のことを考える機会です
「もっと健康になるには？」
「これからも健康でいるには？」
いっしょに考えましょう

運動会練習が始まります！

熱中症予防のためにも、体調をととのえましょう。

- 朝ごはんは食べましたか？
- じゅうぶんに寝ましたか？
- 赤白ぼうしはありますか？ゴムは伸びきっていませんか？
- 汗拭きタオルは持ちましたか？
- 水筒は持ちましたか？

運動会ケガなく力をはきするために

前の日は早く寝る
朝ごはんをしっかり食べてくる
準備運動をしっかりおこなう
ツメを切っておく
足にあつくつをはく
水分をこまめにとる



お世話になる学校医の先生方

- 内科：三上 裕嗣 先生(三上医院)
- 歯科：紺野 憲一 先生(紺野歯科クリニック)
- 歯科：齋 裕之 先生(済生堂歯科クリニック)
- 眼科：秋山 博 先生(わたり眼科)
- 耳鼻科：佐山 章子 先生(大友医院)
- 薬剤師：野崎 とね子 先生(くすりのおおくま)



養護教諭の 岩崎 有佳 です。
みなさんが笑顔で元気に学校生活を送れるよう、おうえんします。
よろしくおねがいします。



新学期が始まり、疲れが出るころです。運動会に向けた練習も始まります。十分に睡眠をとり、朝食をしっかりと食べて、元気に登校できるようお声がけください。

「いってらっしゃい」の前に

お子さんの健康観察をお願いします。

- 熱はありませんか？
- 顔色は悪くないですか？
- 食欲はありますか？
- いつもと違うところはありませんか？



気になる点があれば、
小さなことでもお知らせください。

○ 健康診断にかかわる書類の提出について

年度初めには、保健調査票のご記入、ありがとうございました。

本日、下のものを配布しました。学年によって、対象になっているものが異なりますので、ご確認ください。対象の書類について記入し、個人封筒に入れて5月2日(木)まで担任に提出をお願いします。

- 【**全学年**】健康診断問診票(緑色・両面)
- 【**1年生・4年生**】循環器検査受診票
- 【**1年生**】スポーツ振興センター災害給付制度同意書

○ 尿検査について 提出日:5月9日(木)

正しく検査が受けられるよう、容器と一緒に配る袋の裏面をよくご覧になり、ご提出ください。

※容器は5月8日(水)に配布します。5月9日(木)に提出できなかった場合は、翌日5月10日(金)にご提出ください。

※生理に重なった場合は、今回は提出しないでください。後日、提出の日時等をお知らせいたしますので、容器等を担任または養護教諭にお戻しください。

○ 健康診断を欠席した場合

健康診断を欠席した場合は、基本的に、保護者の引率で他校検診日や校医医療機関に行き受けることになります。日程をご確認いただき、できるだけ欠席せずに受けられるようにご協力をお願いします。

○ 学校において予防すべき感染症について

学校において予防すべき感染症に罹患した場合は、感染症のまん延を防ぐため出席停止となります。すみやかに学校にご連絡ください。16:30までに学校に連絡をいただくと、その日の分から出席停止となります。連絡が16:30を過ぎると、欠席となります。eメッセージの入力は8:10までになりますので、それ以降はお電話でご連絡ください。

○ けがで医療機関を受診した場合について

逢隈小学校では、全員が加入している保険が二種類あり、巨理町の子ども医療費助成を利用していても条件によって給付の対象になります。いずれの場合も担任に申し出てください。

・学校管理下(登下校、授業中、遠足など) → **スポーツ振興センター**

…申請のための書類は学校にあり、学校を通した手続きが必要です。災害発生日から2年間行わないと時効になりますのでご注意ください。給付金は保護者の方に学校に取りに来ていただきます。

・学校管理下外(PTA行事、家、スポーツ少年団など) → **PTA安全互助会**

…詳細はPTA総会資料にあります。保護者の方が直接申請手続きを行います。

ご不明な点がございましたら、担任および養護教諭までお問い合わせください。