

ほけんだより

4月

令和5年4月10日(月)
あおやぎしょうがっこうほけんしつ
青柳小学校保健室

だい1ごう
第1号

おうちの人と一緒に読もう♪

1年生のみなさんは入学、2～6年生のみなさんは進級おめでと
うございます。青柳小で毎日元気に過ごしましょう。

「ほけんだより」は毎月またはお知らせがあるときに発行します。
保健関係の大切なことが書いてあるので、必ずおうちの人と一緒に
読みましょう。



ほけんしつ 保健室って、どんなところ・・・？

◎こんなとき、保健室にきてください！



けがをしたとき



具合が悪いとき



自分の体について
知りたいとき



悩みや不安が
あるとき

◎保健室ではマナーを守りましょう！

あいさつをしっかりしましょう！



「失礼します」と名前を言
いましょう。保健室を出るとき
もしっかりと！

先生や友達に言うてから来室しましょう！



みなさんがいないと心配して
しまいます。保健室に行く理
由を話しましょう。

保健室では静かにしましょう！



寝ている人がいるかもしれな
いので、大きな声を出さない
ようにしましょう。

傷口を洗ってから来室しましょう！



転んですりきずができたとき
は、保健室前の水道などで傷
口を洗いましょう。

学校でけがをしたときは、神川町のこども医療費ではなく災害共済給付制度を御利用くだ
さい。総医療費5,000円(自己負担3割の場合、支払いが1,500円)以上が対象です。

はじめよう 朝の健康チェック

学校生活を元気に送る
ヒケツは、自分の体と心
の状態に気を配り、小さな
異常に早めに気付けるようにすること
です。学校に行く前の朝の健康チ
ックと1日2回(朝・夜)の体温測定を
習慣にしましょう！

朝の健康チェック

- 眠気は残っていない？
- 朝ごはんを食べた？
- うんちはスッキリ出た？
- 熱やせき、鼻水などはない？
- 体に痛いところはない？
- 元気がある？

お子様の元気な学校生活を支えるのは、御家庭での毎日の健康観察です。
「調子が悪いか？」と思ったら、声をかけて話を聞いてあげてください。

学校医の先生を紹介します

内科	先生
歯科	先生
耳鼻科	先生
眼科	先生
薬剤師	先生



こんな時は出席停止になります

感染症にかかったら、学校保健安全法により出席停止とな
ります。症状の悪化を防ぎ、早期回復をはかるとともに、集
団生活の中で感染症を広めないという意味合いもあります。
出席停止の期間は欠席扱いになりません。

※インフルエンザなどの感染症にかかったら、
すぐに学校に電話連絡をお願いします。

保健室

1年生のみなさん、はじめまして。2～6年生のみなさん、春休
みも早寝・早起き・朝ごはんはできましたか？保健室の
です。今年度もみなさんが毎日、健康で楽しく過ごせるように、保
健室からサポートしていきます。保健室は、誰でも利用できる「み
んなの場所」です。どんなに小さなことでも遠慮せず、気軽に来て
くださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。
保護者の皆様、お子様の健康面で心配なことがございましたら、
お気軽に御相談ください。どうぞよろしくお願ひいたします。

裏面に健康診断のことが書いてあるので、しっかり読みましょう！



4月11日(火)から健康診断が始まります。
健康診断は、みなさんがどのように・どのくらい成長しているか、体に病気や調子がよくないところがないか、などを調べる大切な行事です。自分の体について知りましょう。

日付	項目	対象学年	注意
4/11(火)	身体測定	1~3年生 なかよし学級	身体測定については、右ページに詳しく書いてあるので、よく読む。
	視力検査	4年生	視力検査については、別途ほけんだよりを配布します。
4/12(水)	身体測定	4~6年生	メガネがある人は持ってくる。 *再検査を行う場合があります。
	視力検査	6年生	
4/13(木)	視力検査	1・2・3・5年生	*再検査を行う場合があります。
4/14(金)	聴力検査	なかよし学級	
4/18(火)	心電図検査	1年生	心電図検査調査票を12日(水)までに提出する。
4/19(水)	耳鼻科検診	1・3・5年生 2・4・6年生抽出者	前日に耳掃除をする。 当日に鼻をかみ、うがいをする。 髪が耳にかからないようにする。
4/24(月)	眼科検診	1・3・5年生 2・4・6年生抽出者	前髪が目にかからないようにする。 検査の前に目をこすらない。
4/27(木)	歯科健診	1・3・4年生 なかよし学級	歯科健診までに治療を済ませる。 給食後、ていねいに歯をみがく。
4/28(金)		2・5・6年生	

青柳小学校では、**むし歯ゼロ**を目指しています!!



4月に歯科健診があります。現在、治療中の人は、継続して歯医者に通いましょう。昨年度の歯科健診で異常がなかった人や治療が終わった人は、定期検診を受けましょう。

おうちのカタへ

○本日、保健関係書類を水色の封筒に入れて配布しました。注意事項が記載されていますので、御確認いただき、**4月12日(水)まで**に御提出ください。よろしくお願いたします。

○各検査・検診前にほけんだよりを配布します。お子様が健康診断をスムーズに受けることができるよう、必ずお子様と一緒にほけんだよりをお読みください。

身体測定

4月11日(火)

1~3年生、なかよし学級

4月12日(水)

4~6年生



何を調べるの??

身長(体の高さ)・体重(体の重さ)をはかって、体の成長の様子を調べます。



身長のはかり方

柱につける部分

背中

おしり

両かかと



耳と目を結ぶ線が水平になるように前を見る

両腕は体の横におろす

体重のはかり方

の乗り降りは静かに!



台の中央に立つ

髪の中の結び方に注意!

身長をはかるとき、じゃまにならないように結んでこよう!

