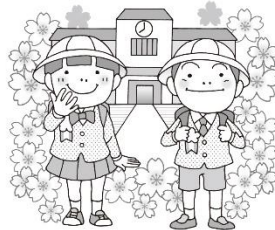


# ほけんだより 4月

令和6年4月8日(月)  
青柳小学校保健室

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！



学校でけがをしたとき



体調が悪いとき



体や心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」と名前を言きましょう。保健室を出るときもしっかりと！

### せんせい や ともだち に 言って 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。

### ほけんしつ 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。

### きずぐち を 洗 っ て から 来 室 しま しょう ！



転んですりずりできたときは、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**朝の健康チェック**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。「いつもと違うかな？」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	とみなが 富永	かすのり 一則	先生
歯科	にしむら 西村	すすむ 享	先生
耳鼻科	いいつか 飯塚	としゆき 敏行	先生
眼科	したら 設楽	こうじ 幸治	先生
薬剤師	たむら 田村	ゆうこ 優子	先生

～おうちのかたへ～

## こんな時は出席停止になります

STOP

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9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
4/9(火)	視力検査	3~6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。
4/10(水)	視力検査	1・2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。
	身体測定	5・6年生	
4/11(木)	身体測定	1~4年生 なかよし学級	・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。
4/15(月)	聴力検査	1・2・3・5年生 なかよし学級	*再検査を行う場合があります。
4/19(金)	心電図検査	1年生	・心電図検査調査票を10日(水)までに提出する。
4/22(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。
4/24(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。

青柳小学校では、**むし歯ゼロ**を目指しています!!



5・6月に歯科健診があります。現在、治療中の方は、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方は、定期検診を受けましょう。



○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10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10日(水)

5・6年生

4月11日(木)

1~4年生、なかよし学級



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。



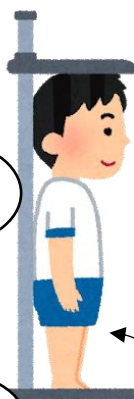
身長のはかり方

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

△髪の毛の結び方に注意!

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!

