

# ほけんだより4月

令和5年4月11日  
林崎小学校 保健室

## 入学・進級おめでとうございます！

新しいお友だち、新しいクラス、新しい先生。これからの生活が楽しみでワクワクするけれど、少し緊張もありますね。「うまくやっていけるかな？」でも大丈夫。不安なのはみんな同じ。最初の一步は笑顔のあいさつから！今年度も、みなさんの心とからだの健康のお手伝いをしていきます。心配なことなどがあれば、保健室に来てくださいね。

4月の保健目標  
「自分のからだのようすを知ろう」

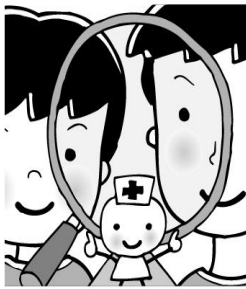
### ～ 4月の保健行事について ～

- |               |                 |          |
|---------------|-----------------|----------|
| ・ 発育測定(身長・体重) | 4月14日(金)        | 全学年(講堂)  |
| ・ 視力検査        | 4月13日(木)～19日(水) | 全学年(保健室) |
| ・ 聴力検査        | 4月13日(木)～19日(水) | 全学年(保健室) |



## 健康診断がはじまります

### 「健康診断は、なぜするの？」



知る／発育・健康状態を知る



まも守る／早期発見で早期治療開始



そだ育てる／自分の健康を守り高める意識を育てる



からだの成長のようすがわかります  
はついくそくてい  
発育測定

- ♣身長をはかるときは、あごをひいて、まっすぐ前を向きます。背すじはピンとのばしましょう。正しくはかするために、髪の毛のむすび方に注意しましょう。
- ♣体重計には、静かにのりましょう。

♣メガネをかけている人は、検査のときに持ってきてください。レンズはよくふいておきましょう。

♣コンタクトをしている人は、つけていることを先生に知らせてください。

♣ハンカチも忘れずに持ってきましょう。

### 視力検査



目は十分見えているかな？

### 聴力検査



耳は十分聞こえているかな？

♣レシーバーを耳にあてて、音が聞こえているか検査をします。小さな音を聞くので、待つ人は静かに待ちましょう。

けんこうしんだん      せ わ      こういせんせい  
健康診断でお世話になる校医先生です

ない か 科

ふくたてつお      せんせい  
福田徹夫 先生  
おかだかつら      せんせい  
岡田勝良 先生

し か 科

さいじょうよしかず      せんせい  
西條芳和 先生

じびいんこうか  
耳鼻咽喉科

おおきもとかずや      せんせい  
大木本和也 先生

がん か 科

おおむらかずまさ      せんせい  
大村和正 先生

ほけんしつ

保健室のルール

- ・必ず先生に伝えてから来ましょう。
- ・保健室に来たら、〇年〇組、自分の名前を言いましょう。
- ・けがの場合は、できるだけ自分で水洗いをしましょう。
- ・用がない人は入らないようにしましょう。



じゅうよう  
重要

- ・「保健連絡票」をもとに、内科健診をしますので、お子様の学年欄の項目をチェックして頂けますようにお願いします。住所や連絡先が変更になった場合は、訂正しておいてください。4ページとも見て頂けたら、表の学年欄に押印をお願いします。あわせて、「結核健康診断問診票」もお子様の学年欄をチェックし、4月13日(木)までに学校にご提出ください。
- ・本校では全員「日本スポーツ振興センター」に加入して頂いています。登下校中のけがや学校でのけがの場合に、保険証使用で1500円以上医療費がかかった場合に申請できます。申請後、2～3ヶ月で給付金がでます。ただし、はぐくみ医療との併用はできません。2年生以上は加入手続きができていますので、1年生のみ加入申込書を4月13日(木)までに学校にご提出ください。



～朝の健康観察をお願いします～

学校で調子が悪くなったり、熱がでてきたりする人の中には、朝から調子がよくなかったということが多くあります。子どもたちが一日を元気に過ごすことができるよう、登校前にご家庭で朝の健康観察をよろしくお願いします。また、体調の優れない場合は、無理をせず、病院で指示をいただいてから登校させてください。

< チェック項目 >

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 熱はありませんか(毎朝、体温測定)        | <input type="checkbox"/> 朝ごはんはきちんと食べましたか |
| <input type="checkbox"/> 排便はありましたか(下痢や便秘をしていませんか) | <input type="checkbox"/> 顔色はよいですか        |
| <input type="checkbox"/> 睡眠はしっかりとれましたか            | <input type="checkbox"/> 腹痛はありませんか       |
| <input type="checkbox"/> だるさなどを訴えていませんか           |  |

