

すこやかな

R8.4.9
 とよはしりつげじょうしょうがっこう ほけんしつ
 豊橋市立下条小学校 保健室
 ほけんだより No.1

こころ からだ げんき げじょう 心も体も元気な下条っ子！

ピカピカの1年生13名が入学しました。4月は新しいことがたくさんあります。楽しいことはもちろん、初めてのことや難しいこともいろいろあると思います。「早寝・早起き・朝ごはん・外遊び」を心がけて「すこやかな」心と体で乗り越えていきましょう。



4月から下条小の養護教諭(保健室の先生)になりました宮城初奈です。
 みなさんが元気に学校生活を送れるよう、保健室からサポートしていきます。けがをしたとき、体調が悪いとき、なにか相談があるときは、いつでも保健室に来てくださいね。1年間、よろしくお願いします✿

健康診断 はじまります

健康診断は、自分の成長の様子や病気がないかを調べるために行います。自分の体について知るチャンスです！ただ健診を受けるのではなく、健康でいるための手がかりにしてください。

健康診断の予定

日	内容	学年	持ち物
4月13日(月)	身体測定 視力検査	4年・5年・6年	身長・体重, 成長の様子や目の見え方を調べます。 ・ 体操服(半そで・短パン)で行います。 ・ 髪を結ぶときは、身長測定時じゃまにならないよう、低い位置で結ぶようにしてください。 ・ 眼鏡を持っている人は忘れずに持ってきてください。
4月14日(火)		1年・2年・3年	
4月16日(木)	尿検査	全学年	腎臓の病気や糖尿病がないか調べます。 ・ 容器を前日に配ります。朝、起きて一番の尿をとってきてください。 ・ 別で保健だよりを出します。
4月28日(火)	心電図検査	1年・4年	心臓の動きを調べます。 ・ 体操服(半そで・短パン)で行います。 ・ 別で保健だよりを出します。
5月8日(金)	眼科健診	1年・3年・5年	目や目のまわりの様子を調べます。 ・ マスクをつけて検査を受けます。マスクを持ってきてください。
5月25日(月)	聴力検査	1年・2年 3年・5年	耳の聞こえの様子を調べます。 ・ 耳掃除をしてきてください。
5月28日(木)	内科健診	全学年	心臓や肺, 骨, 皮膚の様子, 栄養がとれているかどうか調べます。 ・ 体操服(半そで・短パン)で行います。

6月5日(金)	歯科健診	全学年	歯や顎、歯ぐきの様子を調べます。 ・ 給食後にしっかり歯磨きをしてください。
6月11日(木)	耳鼻科健診	1年・3年・5年	耳、鼻、のどの様子を調べます。 ・ 赤白帽子を後ろ向きにかぶって耳が見えるようにします。 ・ 耳掃除をしてきてください。



- ★ 内科医: さかとクリニック 坂戸信行先生 ★ 歯科医: 太田歯科医院 太田和宏先生
 ★ 眼科医: ひまわり眼科 芳賀鉄也先生 ★ 耳鼻科医: はたのクリニック 波多野克先生
 ★ 薬剤師: 日の丸薬局 堀田和秀先生 みなさんの健康を見守ってくださいます。

保健室は、どんなところ?

保健室は、学年やクラスに関係なく、みんなが利用するところです。みんなが約束を守り、安心して過ごせるようにしたいですね。

こんなときは保健室へ

★ けがをした



★ ぐあいが悪くなった



★ 相談したい、話を聞いてほしい



★ からだやころ、健康について知りたい



保健室での約束

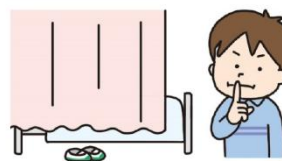
★ けがや病気で来たときはなるべく担任の先生に言う



★ 「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える



★ 保健室の中ではさわがない・走らない



★ ものを使う・かりるときはひと声かけて



保護者のかたへ

4月から6月にかけて、定期健康診断のため、各種健診や検査の書類を多く配付させていただきます。大切なお子様の健康状態を知るものですので、内容を確認していただき、記入をお願いいたします。

また、正確な検査・診察のため、必要に応じて医師が体操服等をめくって視触診したり、体操服の下から聴診器を入れたりする場合がありますが、ご了承ください。プライバシーに配慮して検査を行います。

健康診断の結果、受診をお勧めする場合は個別にお知らせ用紙を配付します。お知らせをもらったかたは、早めに病院を受診し、保護者が記入した結果のお知らせ用紙を担任まで提出してください。なお、身体測定・視力(4月・9月)・歯科は異常の有無にかかわらず、全員にお知らせ用紙を配付します。