

4月のほけんだより

宇都宮市立富士見小学校 令和4年度 4月号

おうちの人と一緒に読みましょう

4月の保健目標 健康診断をすすんでうけよう

新年度が始まり1週間が経ちましたが、新しい環境にはなれましたか？気持ちをいれかえて、勉強や運動にはげみましょう。

さて、4月から健康診断が始まります。自分の体を知り、けがや病気に気をつけて健康に過ごしましょう。

＜健康診断の日程＞

21日（木）	身体計測・視力検査	4年
26日（火）	〃	2年
27日（水）	〃	1年
28日（木）	耳鼻科検診（田代先生）	4・5・6年

（3・5・6年生は実施しました）

日程をよく確認して



欠席しないようにしましょう！

健康診断では、体の成長や病気の疑いがないかを調べます。

＜身体計測＞

背の高さや体の重さを調べます。

＜視力検査＞

目がどれくらい見えるのかを調べます。

＜耳鼻科検診＞

鼻・耳・のどに病気がないかを調べます。

～今年度の学校医の先生を紹介します～



＜内科＞

わたなべ 渡邊 茂男 先生
やまだ ひろみ 先生

＜歯科＞

おおがき 大垣 霧笛 先生
かわしま 川嶋 明 先生



＜耳鼻科＞

たしろ まさつぐ 先生

＜眼科＞

ながさわ 永澤 一恵 先生

＜薬剤師＞

さかちと さとみ 先生

1年間、どうぞよろしくお願いします。

保健室ってどんなところ？

保健室は、「いつでも」「だれでも」利用できる場所です。



けがをしたとき



具合が悪いとき



悩みや相談があるとき



体や健康について知りたいとき

保健室を利用するときのルール

- ① 保健室に行くときは、必ず担任の先生に話してきましょう。
- ② 保健室に入る・出るときは、あいさつをしましょう。
- ③ なるべく休み時間に来るようにしましょう。



その症状、体調不良のサインかも !?

朝の健康チェック

こんなところを見てあげてください。



顔・表情

顔色が悪い、ぼんやりしている

鼻

鼻水・鼻づまりがある

のど

赤くなっている、咳が出る

皮ふ

腫れている、ジュクジュクしている

尿・便

回数が多い、においや色が違う

食欲

普段より食べる量が少ない、吐く

睡眠

夜中に何度も起きる、目覚めが悪い

当てはまる
ものがあれば、
体調不良のサイン
かもしれません



また、すぐに受診したり
お休みするほどではない場
合も、気になることがあれ
ば知らせてくださいね。

保護者の方へ

ご入学、ご進級、おめでとうございます。ほけんだよりでは、保健行事や健康教育に関すること
をお伝えしていきます。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。

さて、登校後の早退について、改めてお知らせいたします。

本校では、児童が学校に登校後、頭痛や悪心などの体調不良を訴えて保健室へ来室した場合、体
温に限らず、早退をする形をとっています。その際には、兄弟も一緒に早退をしますので、ご協力
をお願いいたします。