ほけんだより

宇都宮市立上河内西小学校　2025.4

健康診断が始まります。健康診断は，みなさんが毎日学校に来て勉強をしたり友達と遊んだりできるように「病気がないか」「生活で注意することはないか」「問題なく成長できているか」などを確認する１年に１度のチャンスです。今の自分の体がどういう状態なのかを知って，健康でいるための手がかりにしてもらえたらうれしいです。自分の健康は自分で守る。そのためにどうしたらいいかを考える機会にしてくださいね。

検査や検診の結果は，「結果のお知らせ」や「健康票」でお知らせします。

★ **身体計測は，体育着(半そで・ハーフパンツ)でおこないます。**
わすれずに持ってきましょう。

★ **視力検査では，矯正視力（メガネをかけた視力）も測ります。**
メガネを使っている人は，必ず持ってきましょう。

４月の保健行事

11日（金）	身体計測・視力	（６年）
14日（月）	身体計測・視力・聴力	（５年）
15日（火）	身体計測・視力	（４年）
16日（水）	身体計測・視力・聴力	（３年）
17日（木）	〃	（２年）
18日（金）	〃	（１年）
21日（月）	心臓検診	（１・４年）
23日（水）	耳鼻科検診	（全学年）
24日（木）	歯科検診	（全学年）

もうすぐ健康診断

髪型は健康診断スタイルに

ケガをしたら保健室　ちょっと待って！　その前に…

血が出ていたら

ろうかや服を汚してしまうかも。
せいけつなハンカチなどで押さえて来ましょう

傷口が汚れていたら

そのままでは手当てができません。
水道水で汚れを落としましょう

頭を強く打っていたら

動かすと悪化するかも。
周りの人が先生を呼びましょう

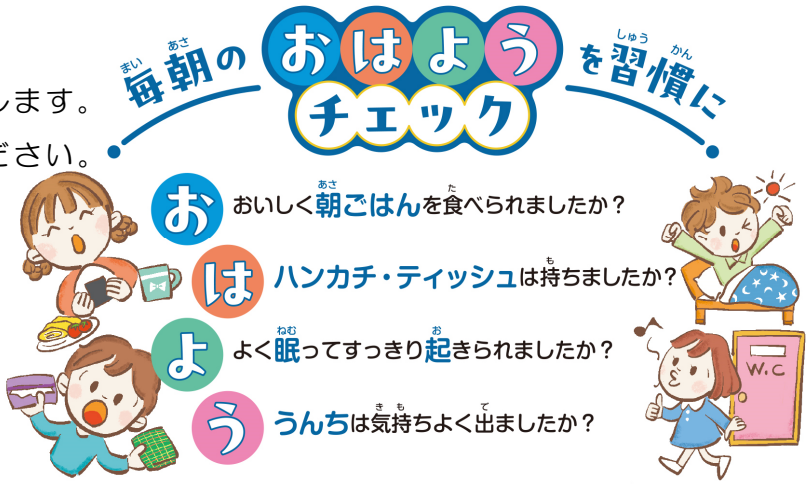
あわてず落ち着いて対応しましょう

おうちの方へ

お子さんの入学・進級おめでとうございます。いつもお子さんの健康管理にご協力をいただき，ありがとうございます。保健室ではご家庭と協力して，一人一人が毎日元気に笑顔で過ごせるようお手伝いします。よろしくお願いします。

1　登校前の健康観察について

ご家庭で登校前に健康観察をお願いします。いつもと様子が違う場合は検温してください。体温が 37.5℃未満でも，平熱よりも 1℃以上高い場合や体調がすぐれない場合は，無理して登校せずにご家庭で休養するようお願いします。



2　薬について

保健室で行う手当ては，医師等に引き渡すまでの間，症状の悪化を防ぐための一時的な応急手当です。また，学校でのお子さんへの投薬は，法律の定める「医療行為」にあたり，薬をお預かりすることや飲ませることができません。お子さんが自分で薬を管理したり，服用したりできるようであれば，学校に持参しても大丈夫です。その場合は，保護者の方の責任のもとでお願いします。

3　保健室から貸し出す衣類について

お子さんが衣服を汚してしまった場合，下着・体育着の貸出を行います。下着は新品をお貸しします。新品の同じサイズの下着を戻してください。そのほかの衣類は，洗濯してから戻してください。