



ほけんだより



御幸が原小学校 児童用
令和4年4月発行

令和4年度が始まりました。新しい気持ちで、心も体も元気に過ごしましょう。

これから1年間、このほけんだよりでは、健康に関する情報を伝えていきますので、おうちの人と一緒に読んでください。

4月の保健目標 自分の体を知ろう

4月から6月にかけて健康診断を行います。健康診断では、身長や体重を測ったり、目や耳の検査をしたり、学校医の検診を受けたりします。どうして健康診断を行うのでしょうか。

- ① 自分の体を知るため
- ② 病気を早くみつけて、早く治すため
- ③ 健康を意識するため



保健室ってどんなところ？

- 保健室は何をするところ？
- 健康診断： 色々な検診をして、体の具合の悪いところがないか調べます。
 - 救急処置： 学校でのけがや病気の応急手当てをします。
 - 健康相談： 体や心のことなど、聞いたことが相談できます。

- 保健室の利用の仕方
- ① 保健室へ来る前に、担任の先生に理由を伝えましょう。
 - ② 保健室に出入りする時には、あいさつをしましょう。
 - ③ 保健室へ来たら、けがや病気の様子について、保健の先生に教えてください。
 - ④ 保健室では、静かに過ごしましょう。



養護教諭の高橋 綾香です。御幸が原小のみんなが元気に学校生活を送ることができるようお手伝いをします。よろしくお願いします。



ご入学・進級おめでとうございます。これから1年間、毎月、保健室から「ほけんだより」を発行して、子供たちの健康状態やけが・病気の様子、保健室での姿などをお知らせしながら、子供たちの心身の健康について保護者の皆様と一緒に考えていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



○健康診断を実施しています

先週から健康診断を実施しています。健康診断は、検査・検診をして身体の状態を知り、これからの1年間、勉強や運動に健康で取り組んでいくことができるようにするために実施します。

各検診検査で疾病があった児童には、その都度、通知を出しますので、その用紙を持参して速やかに病院で診てもらってください。なお、受診されましたら、診断票を学校まで提出くださいますようお願いいたします。「異常なし」の場合は、全検査終了後に「健康カード」でお知らせします。

*学校での健康診断は病気や異常の疑いをみつけ出すためのスクリーニング検査です。そのため、受診の結果「異常なし」となることもあります。ご理解・ご協力をお願いいたします。



○水分を取りましょう

今年は例年になく気温の上昇が早く、すでに夏日を観測している日もあります。熱中症予防のため、毎日清潔な水筒を持たせていただきますようお願いいたします。なお、水筒の中身は、麦茶、緑茶などのお茶もしくは水でお願いします。

○学校医の先生方を紹介します



内科	益田 俊英 先生(益田内科医院)	TEL635-4678
眼科	永田 紀子 先生(永田眼科医院)	TEL662-7171
耳鼻科	菊池 恒 先生 (菊池クリニック)	TEL683-3387
歯科	五十嵐 三彦 先生(五十嵐歯科医院)	TEL673-6661
薬剤師	齋藤 悟 先生(賢方堂薬局)	TEL673-9354



○保健室から

養護教諭の高橋綾香です。御幸が原小の子供たちが心も体も元気に過ごすことができるようサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

新年度は新しい環境に戸惑い、子供たちも緊張し疲れやすい時期です。お子さんの「あのね・・・」に耳を傾けたり、規則正しい生活(特に夜は早く寝る)をしたりして、ご家庭でもいつも以上にお子さんの様子に気を配っていただきますようお願いいたします。また、登校前は、お子さんの健康観察をお願いいたします。

<健康観察のポイント>

- 寝起きはどうか? 寝不足ではありませんか? 食欲はありますか?
- 顔色は良いですか? 排便はしましたか?
- 元気がなかったり口数が少なくなったりしていませんか? など。

*具合が悪いときには無理せずゆっくり休養するようお願いいたします。



御幸が原小の子供たちと一緒に育てていきたいと思っております。困ったこと、心配なことなどありましたらいつでも保健室に寄ってお話しいただけたらと思っております。

