

ほげだより4月

令和5年
4月13日
白沢小 保健室

☆ おうちの人と一緒に読みましょう。

にゅうがく しんきゅう
入学・進級おめでとうございます。あた かんきょう
新しい環境はどうですか？まだまだ知らないこと・分からないことがたく
さんあって、ドキドキ・ワクワクしている人も多いと思います。すこ じぶん な
少しずつ、自分のペースで慣れていってくだ
さいね。



4月保健目標 自分のからだを知ろう



健康診断活用のもステップ！

健康診断には、みなさんの健康に活用できる3つのステップがあります。

ステップ1

体の様子を知る

「1年前より身長が3センチ伸びた」「むし歯ができていた…」

普段は気にしない自分の体の様子、具体的な結果で確かめましょう。



ステップ2

自分の体に興味を持つ

「どうして身長が伸びたんだろう？」「なぜむし歯ができたんだろう？」

結果を見て「なぜそうなったか」を考えてみましょう。



ステップ3

健康目標を持つ

「規則正しい生活を続けてもっと身長を伸ばそう」「ごはんの後の歯みがきを徹底しよう！」

結果と振り返りをもとに、1年間の健康目標を立ててみましょう。



せっかくの健康診断をうまく活用して、1年間健康でいたいですね。

4月以降の感染症対策について

- ・ 学校教育活動に当たって、マスクの着用を求めないことを基本とします。ただし、感染状況及び学習の内容によっては、マスク着用を促す場合も考えられますので、マスクの持参をよろしくお願いします。
- ・ 4月以降も引き続き、朝の健康観察票の記入をお願いします。
- ・ 感染が判明・濃厚接触者と特定された場合は、出席停止となります。登校させないでください。
- ・ 感染していないが、発熱・咽頭痛・咳等の症状が見られる場合・家族内に発熱者がいる場合は、出席停止となりますので、登校を見合わせ、ご家庭で様子を見てください。

がっこうい やくざいし しょうかい
学校医さんと薬剤師さんを紹介します！



- 【内科】 太田 照男 先生 白沢病院
- 【歯科】 中島 隆 先生 中島歯科医院
- 【耳鼻科】 加治 恵子 先生 加治整形外科・耳鼻咽喉科クリニック
- 【眼科】 福島 一哉 先生 福島眼科
- 【薬剤師】 後藤 雄一 先生 株式会社中央薬局今泉店

けんこうしんだん がっこうかんきょうえいせい ごしどう ごいけん
★健康診断，学校環境衛生について御指導・御意見をいただき，
みな けんこうてき がっこうせいかつ さまざま めん
皆さんの健康的な学校生活を様々な面からサポートしてさせていただきます。

ほけんしつ りよう ねが
保健室の利用とお願い (おうちの方へ)

ほけんしつ りよう
保健室の利用について

- (1) 保健室は学校で発生したケガの応急手当を行います。治療行為は行いません。
- (2) 保健室での休養は，原則一時間です。
- (3) その後の経過観察は，なるべく御家庭でお願いいたします。
- しょうじょう かいぜん ばあい びょういん じゅしん
症状が改善されない場合は，病院を受診してください。



ねが
お願い

くすり
〇薬について

がっこう げんそく くすり あた の ばあい
学校では，原則として薬は与えられません。どうしても薬を飲まなければならない場合，
たんいん ようごきょうゆ ごそうだん あんぜんかんり じこぼうし ごきょうりよく ねが
担任または養護教諭に御相談ください。安全管理と事故防止のため，御協力をお願い
いたします。

ほけんしつ か いるい
〇保健室からお貸する衣類について

がっこう したぎ よご しんぴん したぎ わた おそ い へんきやく
学校で下着を汚してしまったときは，新品の下着をお渡しします。恐れ入りますが，返却す
さい べつ しんぴん かえ ねが いるい てすう
る際は，別の新品をお返しくださいますようお願いいたします。そのほかの衣類はお手数です
が，せんたく うえ かえ
が，洗濯の上お返しく下さい。

てい き けんこうしんだんにっぺいひょう
定期健康診断日程表

日時	項目	対象	備考
4月24日	身体計測・視力聴力	1・2年	・半袖半ズボン着用
4月25日	〃	3・5年 ひまわり	・メガネ忘れずに！
4月26日	〃	4・6年	
4月20日	歯科健診 	全学年	朝必ず歯磨きをしましょう！
5月9日	耳鼻科検診 	全学年	前日に耳掃除を！
5月18日	眼科検診 	全学年	
6月1日	内科検診	5・6年	体育着着用
6月6日	〃	3・4年 ひまわり	〃
6月7日	〃	1・2年	〃
未定(決まり次第連絡)	尿検査	全学年	忘れずに！
6月2日	心臓検診(1次)	1・4年	体育着着用

* 色覚検査 (1年の希望者) は、未定です。後ほどお知らせします。

～感染症について～

感染症にかかったら、学校保健安全法により出席停止となります。症状の悪化を防ぎ、早期回復をはかるとともに、集団生活の中で感染症を広めないためです。

出席停止の期間は欠席扱いになりません。

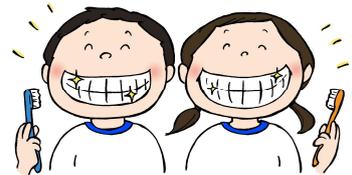
出席停止となった児童が登校する際には、病状回復の確認とまん延防止の観点から、保護者の皆様には医療機関からの治癒証明書、学校からお渡しする登園・登校届・インフルエンザ経過報告書いづれかおひとつの提出をお願いします。**感染症に感染した際は、学校にご連絡ください。**

～出席停止となる感染症～

インフルエンザ、百日咳、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、風疹、水ぼうそう、咽頭結膜熱（プール熱）
溶連菌感染症、感染性胃腸炎、手足口病、新型コロナウイルス感染症

給食後の歯みがきについて

- 1 歯ブラシ、コップを用意しましょう。歯みがきこは使いません。
- 2 DVDを見ながら丁寧にみがきましょう。
- 3 金曜日には家に持ち帰り、歯ブラシのチェックをしましょう。



※ 学校での歯みがきは正しいブラッシングの習得を目的としています。

爽快感を味わうものではないので歯みがきこは使いません。



保護者の方へ

保健調査票等の書類を配付いたします。すべての健康診断の資料として活用しますので、内容を確認の上、御記入をお願い致します。

検診の結果、疾病の疑いがあった場合は、「受診勧告書」をお渡しします。また、学校の検査は確定診断ではありませんので、受診されても異常なしと診断されることがあります。御理解いただけますようお願い致します。

ようごきょうゆ さとう さき
養護教諭の佐藤早紀です。

みなさんが毎日元気で楽しく過ごせるように、また心も体も健やかに成長していけるように、保健室から精いっぱいサポートします。よろしくお願ひいたします。

