

ほけんだより 4月

宇都宮市立 雀宮中央小学校
保健室

進級、入学おめでとうございます。

新学期が始まりましたね。みなさんどんな1年間をすごしますか？

今年はこんなことにチャレンジしよう。これは、できるようにしよう
など、やりたいことを決めて、すてきな1年にしましょう。



健康診断が始まります

8月 身体計測のとき、髪を結っている人は下の方で結ってきましょう。	11月 身体計測 視力検査 聴力検査 5・6年	12月 身体計測 視力検査 聴力検査 3・4年	13月	14月
15月 身体計測 視力検査 聴力検査 1・2年	16月 身体計測 視力検査 聴力検査 そよかせ	17月	18月 よい歯の日	メガネを持っている人は、視力検査のとき、使うので持ってきてきましょう。
22月 朝食後、歯みがきを忘れずにしてきましょう。	25月 歯科検診 そよかせ 1・2・3年	26月	27月	28月

校医の先生方をご紹介します



内科 山崎 太郎先生(山崎小児科医院)



歯科 角 俊之先生 (すみ歯科医院)



眼科 久保田 芳美先生 (くぼた眼科)



耳鼻咽喉科 菅原 公明先生
(すがわらクリニック)



薬剤師 小野村 淳先生 (スズメ薬局)



*健康診断や水道水質検査などで
お世話になる先生方です。

4月の保健目標

身の回りをきれいにしよう。

に ほん しん こう
日本スポーツ振興センターの
さい がい きよう さい きゅう ふ せい ど つか
災害共済給付制度が使えます

がっこう お など たい いりよう ひ など ききゅう ふ う せい ど
学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

がっこう かん リ カ など たいしきう
学校の管理下でのケガ等が対象です



じゆきやうちゆう
授業中



ががいしどうちゆう
課外指導中



ききゅうけいじかんちゆう
休憩時間中



つうがくちゆう
通学中

など

わり る たん ば あい じ こ る たん そうがく えんいじきう いりよう ひ たいしきう
3割負担の場合、自己負担の総額が1,500円以上の医療費が対象です

ちりきう はじ がっこう し
※治療を始めたら、学校にお知らせください。

保護者のみなさまへ

お子さまの入学、進級おめでとうございます。
ほけんだよりでは、保健行事や心身の健康などについてお知らせしていきます。なお、年度始めは、保健関係のプリントや提出物が多く、お手数をおかけいたします。いずれもお子さまの健康に関わる大切な書類関係ですので、よく読んでいただき、ご協力いただきますようお願いいたします。お子さまが元気に過ごせるようお手伝いさせていただきます。保健室の先生は養護助教諭の佐藤 純です。よろしくお願いいたします。

保健室はこんなところですよ

できること



できないこと

ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻るために、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてみましょう。



治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。

