

# ほけんだより 4月

No. 1

令和2年4月6日  
珠洲市立直小学校  
保健室

ご入学・ご進学おめでとうございます。新年度が始まりましたね。

1年生は、はじめまして。養護教諭の坂本 希(さかもとのぞみ)です。  
みなさんが元気に、楽しく、学校で過ごせるように、お手伝いしていきたいと思  
います。よろしくお願いします！



授業中に保健室に来る時は、先生に伝えてから来ましょう。

## ●こんな時は保健室へ



## ●保健室のルール



保護者の皆様へ

## 緊急連絡カードの記入・修正をお願いいたします

お子さんが病気やけがをした場合に、学校から保護者へ連絡するために使用します。

1年生の保護者の方は勤務先や、電話番号等の記入をお願いいたします。在校生の保護者様は、前年度の記載内容を確認後、変更がありましたら修正して下さい。

すぐに学校で使用しますので、

**4月10日(金)までに提出して下さい。**

### <保健室からのお願い>

- 学校に行く前、お子さんに次のような様子はないか確認して下さい。  
・発熱 ・食欲がない ・睡眠不足 ・便秘、下痢、嘔吐 ・他、普段と違う様子
- 保健室の手当では、医療行為とならない範囲で行います。消毒やシップ、医薬品は使用しません。その後は、ご家庭や医療機関等での対応をお願いいたします。
- 欠席する時は、必ず登校時間までに、学校にご連絡下さい。症状や病名等、具体的にご連絡いただければ幸いです。下記の学校感染症と診断された場合は、欠席ではなく出席停止措置となりますので、その旨もお知らせ下さい。

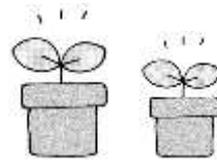
### <学校感染症>

インフルエンザ、百日咳、麻疹(はしか)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、風疹、水痘(水ぼうそう)、咽頭結膜熱(プール熱)、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、結核、髄膜炎菌性髄膜炎など。

※ノロウイルス、手足口病、溶連菌感染症、アタマジラミなど、流行しやすい病気についても、お知らせください。

※新型コロナウイルス感染症に関しましては、本日お配りした「学校再開に向けた対応について」をご覧ください。

# けんこうしんだん 健康診断 はじが始まります！



けんこうしんだん 健康診断は、みなさんが元気に勉強したり遊んだりできるように、体の様子を調べます。自分の からだ 体の様子を知るいいチャンスにしましょう。

## ★4月の健康診断★

7	火	しんたいけいそく 身体計測	
		しりよくけんさ 視力検査	
8	水	ちようりよくけんさ 聴力検査	
28	火	にようけんさ 尿検査	ていしゆつび 提出日

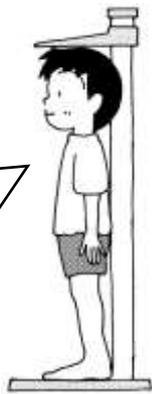
## 今月の保健目標は

# 自分の体を知ろう

きちんとあいさつをして、待っている時や検査をしている時は静かにしましょう。また、他の人の結果はのぞかないようにしましょうね。

## ●7日の身体計測・視力検査と、8日の聴力検査について

### 身長



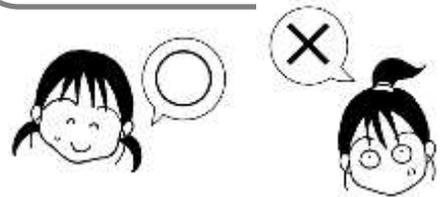
★せのびをしたり、膝をまげてはいけません。



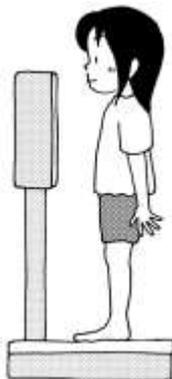
★背中・お尻・かかとを柱につけます。

### 髪の毛の長い人へ

- ・髪をむすぶときは、頭の上や後ろにこないようにしましょう。
- ・ピンも頭の上にはしません。



### 体重



★のりおりは静かにしましょう。

### 聴力



- ★レシーバーを耳にあてて、音がなっている間はボタンをずっと押します。
- ※機械から出る音がとても小さいので、待っている人は静かにしましょう。

### 視力



- ★しゃ眼鏡は目に軽くあてます。
- ★わかっかのあいている所を答えます。見えないときは「わかりません」といましょう。
- ★メガネをもっている人は必ず、忘れずにもってきましょう。



### 7日の持ち物

- ・体操服 (半そで・短パン)
- ・めがねを持って いる人はめがね
- ※手足の爪を切ってください。