

# ほけんだより



和倉小学校保健室  
令和6年度4月号



入学・進級おめでとうございます!!新しい年度がはじまりましたね。新しい学年、新しい教室に、新しい先生。うれしくて気持ちのよい時ですが、少しとまどうこともあります。きんちょうもしますね。こんな時期は心が不安定で、生活もみだれやすいものです。できるだけ早くねるようにして、その日のつかれを次の日にのこさないよう、心がけましょう。

養護教諭の堀田です。和倉っ子のみなさんが、心も体も健康で過ごせるように保健室から精いっぱいサポートします。どうぞよろしくお願ひします!



ケガの手当

一時休養

学習・質問

悩み相談



保健室で

## できることできないこと

ルールやマナーを守って利用しましょう。  
緊急のとき以外は、担任の先生にことわってから来てくださいね。



薬をもらうことはできません

継続した手当はできません



4月の保健目標

自分の体を知ろう

## 4・5月 健康診断予定



【月日】	【検査項目】	【対象学年】
4月10日(水)	身体測定	全学年
4月12日(金)	視力・聴力検査	4~6年
4月15日(月)		1~3年
4月18日(木)	耳鼻科検診	全学年
4月23日(火)	眼科検診	全学年
5月8日(水)	心臓検診	1年生のみ
5月16日(木)	尿検査一次回収	全学年
5月16日(木)	歯科検診	1・3・5年
5月23日(木)	歯科検診	2・4・6年
5月29日(水)	内科(結核・運動器)	全学年

\* 検診日に欠席した場合 \*

後日、保護者同伴で、本校学校医の医療機関に受診をお願いいたします。



学校医の先生を紹介します

- 内科: 濱岡 寛士先生(浜岡整形外科クリニック)
- 歯科: 先川 孝一先生(さき川歯科医院)
- 眼科: 清水 了 先生(清水眼科医院)
- 耳鼻科: 山田 和宏先生(恵寿総合病院)
- 薬剤師: 山本 桂子先生(のとじま薬局)

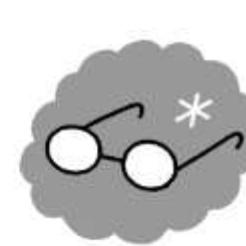
## 健康診断の前に注意してほしいこと



お風呂に入って清潔に  
耳垢や爪もチェック!



早く寝て体調を整えよう  
朝食を食べよう



メガネやコンタクトなど  
検査に使うものを忘れずに



目や耳にかかる髪は  
まとめたり留めたりしよう

## 保護者の方へ



新年度がスタートしました。お子様たちはやる気と期待に満ち溢れる一方、入学・進級に伴い環境が変わったことで、少なからず不安や緊張も抱えていることと思われます。ご家庭では、お子様の話をゆっくり聴いていただき、リラックスして過ごす時間を取っていただけたらと思います。何か心配なことがありましたら、担任やスクールカウンセラー、養護教諭にいつでもご相談ください。

また、楽しく充実した学校生活や病気・異常の早期発見のためにも、ぜひ朝（登校前）のお子様の【健康観察】を継続していただくようお願いいたします。



### \*\* 健康観察のポイント \*\*

- すっきりと起きられたか
- 朝食はしっかりとったか
- 頭、お腹などを痛がっていないか
- 気分が落ち込んでいないか
- 体温はどうか
- その他、普段と違う様子はないか



朝のお忙しい時間帯ですが、引き続きご協力をお願い申し上げます。

### 保健関係提出物について

#### ● 1年生

- ① 保健調査票
- ② 心臓検診問診票
- ③ 災害共済給付制度加入同意書  
毎年、全員加入します。保護者負担金（年間460円）は、5月の学級費より支払います。

**4月11日（木）までに提出**

#### ● 2～6年生

- ① 保健調査票

**4月10日（水）までに提出**



【ご協力ください!!】

例年、保健調査票の斜線の記入漏れが多いです。記入有無の確認のため、該当しない項目には、斜線を引いてくださいますよう、お願いします。

### 災害共済給付制度

#### についてのお知らせ



学校の管理下でケガをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されます。総医療費 5,000 円（自己負担3割の場合、支払い額が 1,500 円）以上が対象になります。受診した月から2年間請求を行わなければ給付を受けられなくなるので、早めに保健室にお知らせください。

### 歯みがき指導について

学校では、給食後に歯みがき指導を実施しています。各自歯ブラシとコップをご用意の上、必ず記名してください。歯ブラシとコップは一月に一度、家庭に持ち帰りますので、定期的に確認していただき、新しいものと交換していただくようお願いいたします。

### 衛生用品の持ち物について

#### ★ ハンカチ（2枚が望ましい）

#### ★ ポケットティッシュ（におい付きはご遠慮ください）

毎日持たせてくださいますようお願いいたします。必ず記名してください。毎週1回、委員会児童による、せいけつ検査を実施しています。

#### ★ マスク、給食用帽子（給食配膳時に全員着用します。）

週末に持ち帰りますので、洗濯や補充等をお願いいたします。給食用ケースに入れて持たせてください。

### 健康診断について

4月初めより、各健康診断が実施されます。健康診断の結果により、治療を要する場合や異常が疑われる場合のみお知らせしますので、早めに専門医の診察を受け、その結果を学校まで提出してください。なお、学校での健康診断はスクリーニング（病気の疑いのある人を見つけ出すもの）であるため、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。安心して健康な学校生活を送るために、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 高学年女子の保護者の方へ

内科検診は、心臓や肺、背骨や皮膚の状態をチェックします。校医による診察直前までは、体操服を着て待ちますが、必要に応じて、ご家庭でスポーツブラなどを準備し、当日着用させてください。



### ○●OR6年度スクールカウンセラーについて●○○

今年度は、お二人の先生が来校されます。児童、保護者どちらでもお話することができます。希望される方は、担任又は養護教諭までご連絡ください。☎62-2070

#### 【 4月の来校予定 】

しもきよしこ 下木良子先生	毎週火曜 午後 13:00~16:00	9日 (火)	16日 (火)	30日 (火)
たけばやしゆうすけ 竹林勇祐先生	毎週木曜 午前 9:00~12:00	11日 (木)	18日 (木)	25日 (木)

