

ほけんだより 4月

和倉小学校
保健室
第1号

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度が始まり、校庭や校舎には子どもたちの元気な声がひびいています。今年も子どもたちが安心して楽しく学校生活が送れるように保健室からサポートしていきたいと思います。



保護者の皆様へ

保健関係提出書類について

●1年生

- ①保健調査票
- ②結核検診問診票・運動器検診問診票
- ③心臓検診問診票
- ④スポーツ振興センターの災害共済給付加入同意書

*掛け金460円は5月の学級集金で集めます。



●2～6年生

- ①保健調査票
- ②結核検診問診票・運動器検診問診票

ご協力をお願いします。



提出期限：4月10日(木)

当該項目欄に記入の上、保健連絡用封筒に入れ学校へお出ください。学校医による検診、学校生活や行事等の健康管理の参考にさせていただきます。

登校時いつもと変わった様子はないかお子さまの健康観察をお願いします。
また、お子さまにはハンカチ、ティッシュ、(マスク)をもたせてください。



健康診断が始まります

【日程】

| 月 日 | 検 査 項 目 | 対 象 学 年 |
|--|-----------|---------|
| 4月 9日(水) | 身 体 計 測 | 全学年 |
| 4月17日(木) | 耳 鼻 科 検 診 | 全学年 |
| 4月18日(金) | 視力・聴力検査 | 1～3年 |
| 4月21日(月) | 視 力 検 査 | 4～6年 |
| 4月21日(月) | 聴 力 検 査 | 5年 |
| 5月 7日(月) 予備日:5月19日(月)(小丸山小 9:30～10:30) | 心 臓 検 診 | 1年 |
| 5月 9日(金) | 眼 科 検 診 | 全学年 |
| 5月14日(水) | 内 科 検 診 | 全学年 |
| 5月15日(木) | 歯 科 検 診 | 1・3・5・年 |
| | 尿 検 | 全学年 |
| 5月22日(木) | 歯 科 検 診 | 2・4・6・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を受診していただきます●

学校医の先生方 ……1年間お世話になります……

内科:浜岡整形外科クリニック 濱岡寛士先生
歯科:さき川 歯科 医院 先川孝一先生
眼科:清 水 眼 科 医院 清水 了先生
耳鼻科:恵寿総合病院 山田 和宏先生
薬剤師:のとじま薬局 山本 桂子先生



ほけんもくひょう じぶん からだ
4月保健目標 自分の体をしよう!



あ 合っているのはどれ？

保健室を使うときのルール

ケガをしたり、体調が悪くなったりしたときに行く保健室。使うときには守ってほしいルールがあるよ。
☐ に当てはまるのはどれかな？

保健室のルール その1

保健室に行くときは
 に
 言ってから行こう。

- ① おうちの人
- ② 先生
- ③ 宇宙人

保健室のルール その2

保健室に入るときは
 をしよう。

- ① あいさつ
- ② 準備運動
- ③ お願い

保健室のルール その3

保健室にあるものは
 。

- ① 夜になると動き出す
- ② 勝手に触らない
- ③ 全部使い放題

保健室のルール その4

保健室で借りたものは
 。

- ① 自分のものにしている
- ② 友だちに貸してあげる
- ③ 使い終わったら返す

こたえ



- ② 先生

突然いなくなると先生がびっくりするよ。先生がいないときは、友だちに先生に伝えるようにお願いしてから保健室に行こう。

こたえ



- ① あいさつ

入る前に「こんにちは、失礼します」など、あいさつをしてね。学年や組、名前も伝えられるともっといいよ。

こたえ



- ② 勝手に触らない

壊れやすいものや薬などの危険なものもあるよ。使いたいときは保健室の先生に一言伝えてからにしよう。

こたえ



- ④ 使い終わったら返す

保健室で貸し出す保冷剤や氷のうち、湯たんぽなどは学校のものだよ。使い終わったら必ず返してね。

● ● ● R7 年度 スクールカウンセラーについて ● ● ●

今年度も昨年度同様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または養護教諭までご連絡ください。

4月来校予定

| | | | | |
|--------|-------|--------|--------|--------|
| 竹林勇祐先生 | 毎週木曜日 | 10日(木) | 17日(木) | 24日(木) |
| 下木良子先生 | 隔週金曜日 | 18日(金) | 25日(金) | |

いずれの日も午前中(9:00~12:00)です。

保健室で 心も健康に！

保健室はケガをしたときや体調不良のときなど、体の健康のためだけの場所ではありません。

心がつらいとき
 大切なハンカチをなくして悲しい

友だちが引越してさみしい



人とうまくいかなかったとき

友だちとケンカして仲直りできない

お母さんにひどいことを言ってしまうと家に帰るのが嫌

こんなふうに困っていることや聞きたいことがあるときは、いつでも相談してください。保健室の先生と一緒に、体も心も人間関係も健康な毎日を目指しましょう。

元気いっぱい的一年にしよう



和倉っ子健康ブックについて

昨年に引き続き今年度も「和倉っ子健康ブック」の取り組みをします。メディアコントロールチャレンジやがんばりカードなど、基本的な生活習慣を身に着けるため学校と家庭で協力していきたいと思います。よろしくお願いいたします。

和倉っ子健康ブック



規則正しい生活をしよう



*昨年度使用したものの引用

*がんばって取り組んだ人には、それぞれのチャレンジでシールがもらえるよ！

早寝・早起き・朝ごはんで生活リズムを整えるとともに、メディアとの付き合い方も考えよう。

