ほけんだより 4月

令和７年４月８日
NO.１
尾田蒔小学校　保健室

入学、進級おめでとうございます。新しい学校、新しい先生・友達。春は出会いがあり、わくわくウキウキする季節です。その反面、緊張や不安からドキドキすることもあるのではないでしょうか。そんな時こそ、笑顔で！元気に！友達や先生にあいさつをしてみましょう。ドキドキがわくわくウキウキに変わってくれます。

４月の保健目標：自分の体の発育状態や健康状態を知ろう！



月日	曜日	項　目	対象学年	備　　考
４／１０	木	身体測定	２～６年生	**体操服**で行います。髪の毛は、頭の上・真後ろでは結ばないようにしましょう。
１１	金		1年生	
１４	月	心臓検診	1年	**体操服**で行います。男女別に実施します。「調査票」を１０日に提出しましょう。
１８	金	歯科健診	全学年	朝の歯みがき忘れずにしましょう。
２２	火	内科結核検診	２・４・５年なかよし女子	体を清潔にしておきましょう。**体操服・肌着着用**のまま行います。男女別に実施。周囲から見えないよう配慮し、自分で衣類を上げ(全学年性別問わず養護教諭が補助します)、医師が聴診器を当て検診します。記録・検診会場内の誘導は、学年問わず同姓の職員が手伝います。
３０	水	視力・聴力検査	全学年	前日は、メディア使用を控え早く寝ましょう。メガネを使用している人は必ず持ってくるようにしましょう。
５／　２	金		欠席者・再検査者	

☆学校で行う健康診断は、病気の診断をするものではなく、あくまでも集団の中から疑いのあるものを見付けることです。検査の結果、問題や疑いがあった場合は、「受診のお知らせ」にてご連絡いたしますので、医療機関で詳しく診ていただいてください。

●尿検査は５月１２日（提出日）、内科結核検診（１・３・６年なかよし男子）は５月１３日、耳鼻科検診は５月２７日、眼科検診は５月１３日に実施します。
色覚検査（4年生の希望者）は、7月に実施します。

＜校医の先生紹介＞健康診断等、学校保健に関するご協力をいただいています。

内科　：　　歯科　：
耳鼻科：　　眼科　：
薬剤師：

今年度も養護教諭としてお世話になります、　　です。
児童が、元気に楽しく学校生活が送れるよう、心とからだの健康面からサポートしていきたいと思っております。どうぞ、よろしくお願いいたします。

＊＊＊ 保健室はこんな時にきてね ＊＊＊

☆体の具合が悪いとき　→　熱を測ったり、横になって休んだりします。
☆登下校中や、学校内でけがをした時　→　応急手当をします。
☆心配なこと・悩みがある時　→　一緒に考えましょう。
☆体のことが知りたいとき　→　本で調べたり、先生に聞いたりできます。
☆自分の成長が知りたい時　→　身長・体重計で測ってみましょう。



＊＊＊ 保健室での約束 ＊＊＊

☆けがをした時は、水道できれいに洗ってから保健室に来てください。
☆保健室に来る時は、担任の先生に話してからにしましょう。
☆具合の悪い人が休んでいることがあります。保健室の中・周りで騒がないようにしましょう。
☆保健室にあるものを使うときには（身長計等）、必ず先生に声をかけてください。
☆保健室で借りたもの、服などは早めに返しましょう（下着は新しいものを返してください）。

おうちの方へお願い

① 保健に関する個人情報の配付・回収用に「保健用封筒（ファイル）」を使用します。１年間で何度も使用しますので**受け取り後、すぐに学校へ返却**をお願いします。また６年間使用しますので大事に扱ってください。
② **１年生は、学校心臓検診票を保健用封筒（ファイル）にいれ 12 日（金）までに提出**をお願いします。
③ **緊急連絡カード・保健調査票を保健用封筒（ファイル）に入れ 12 日（金）までに提出**をお願いします。
（１年生は入学式にご提出いただいております。）
＊緊急連絡カードは、緊急時に必要な書類です。記入漏れや、変更点がないかを必ずご確認ください。
＊保健調査票は、お子さんの健康状態を知り、健康診断の資料としたり、学校生活における配慮事項等を把握するためのものです。該当学年の欄にご記入をお願い致します。また、記入することが難しい等ありましたら、担任又は養護教諭にご連絡ください。毎年、最後のページの記入漏れが多くあります。**特記事項がない場合には、□にチェック**をお願いいたします。

＜健康観察と感染症対策について＞



○ お子さんの、毎朝の健康観察と生活習慣を整える環境づくりをお願いいたします。
＊早寝(メディア使用時間に注意)・早起き・朝ごはん・朝の排便習慣等のご指導をお願いいたします。
○学校伝染病に指定されている病気にかかった場合には出席停止となります。基本、診断（医者判断）を受け連絡をいただいたその日より出席停止となります。
○学校では、感染症対策として、**児童の健康状態の把握・手洗い・給食前のアルコール消毒（手指）・教室換気・水分補給等**呼びかけていきます。**＊アルコール過敏等ある場合には、ご相談ください。**
○水筒も通年持参を推奨します（別紙文書参照）。
○マスク着用は、個人の判断ですが、咳が出ていたり、体調不良がある場合にはマスク着用のご協力をお願いします。また、**給食配膳時のマスク着用は必要**です。朝付けてきたマスクを落としてしまい給食用のマスクがないと困り保健室に借りにくる児童がいます。給食用として別に持たせていただくことをお勧めします。
○ お子さんの心や体のことで気になることがありましたら、気軽にご相談ください。