

ほけんだより 4月

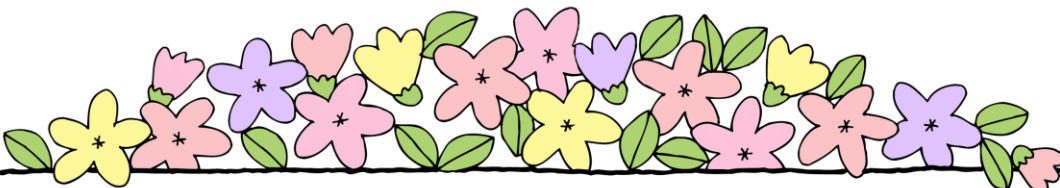
令和5年4月
尚城小学校
保健室発行

No.1

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。

そして、2～6年生のみなさん、進級おめでとうございます。

新しい先生や友達、教室に、とまどうこともあるかもしれませんが、あせらず、ゆっくり慣れていきましょう。困ったことや不安なことがあるときは、保健室に来て相談してくださいね。

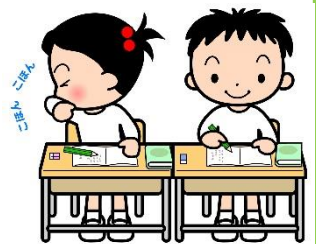
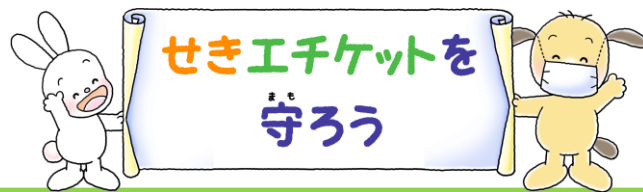


保健室でみなさんの健康をサポートしています。養護教諭の大下里です。仕事が好きなので、毎月、保健室の前に季節の掲示をしています。ぜひ見てください。けがをしたとき、体調が悪いときはもちろん、心配なことや困ったことがあるときも、気軽に保健室に来てくださいね。一緒に考えましょう。1年間、保健室からみなさんのがんばりを応援しています！



4月から学校でのマスク着用は、自由です（給食の時などみんなが着けるときのときもあります）

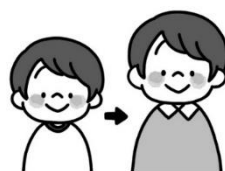
4月1日から、給食の時や特別な時以外は、マスクを着けるか着けないかは、みなさんの自由になりました。新型コロナウイルス感染症は、感染した人の口や鼻からせきやくしゃみ、話したときに出た飛沫を吸い込んだり、感染した人の鼻や口に触ったりすることで感染することに、変わりはありません。これからは、せきエチケットを身に付けましょう。



▶4月の保健目標：自分の体を知ろう

健康診断で自分の体について知りましょう。健康診断では、こんな意味があって行われています。

健康診断ってこんなにすごい！



自分の成長を知ることができる！



病気や異常を見つけることができる！



からだに興味をもつきっかけになる！

けんこうしんだん

しら

健康診断ではこんなことを調べるよ

4月～6月にかけて健康診断があります。自分の体について知り、自分の成長を家族に感謝する機会にしましょう。健康診断は何を調べるためにしているのでしょうか？



歯科検診

むし歯や歯肉の病気がないか調べます。歯みがきしっかり！



視力検査

目がどのくらい見えているか調べます。メガネをしている人はメガネを持ってきてくださいね。



聴力検査

耳がきちんと聞こえているか調べます。



耳鼻科検診

耳や鼻、のどに病気がかかっているか調べます。やさしく耳掃除をしておこう。



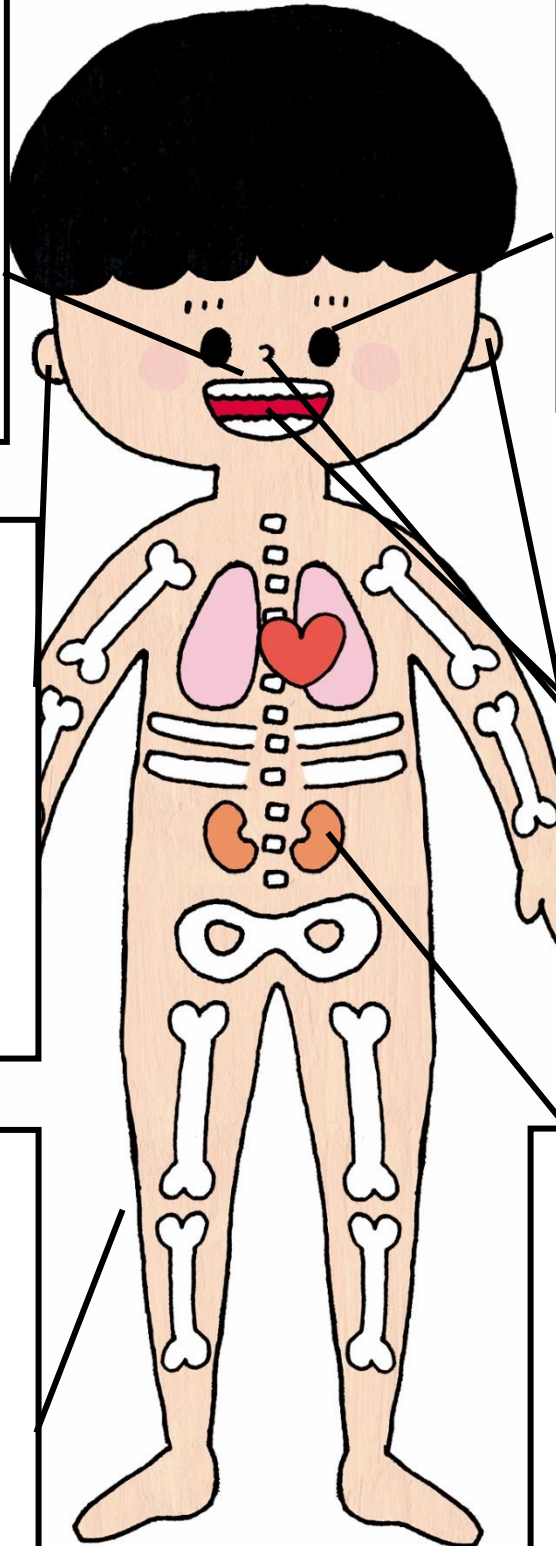
身体測定

今までの身長・体重と比べて、成長に異常がないか調べます。



尿検査

腎臓に病気がかかっているか尿から調べます。



がっこうい せんせい しょうかい 学校医の先生を紹介します

今年度の学校医の先生方です。健康診断や、教室の明るさや水質のチェックをしてください。また、歯みがき指導や薬物乱用防止教室など、みなさんに健康のことに教えてくださいます。1年間よろしくお願ひします。

内科:かたぎりこども診療所 片桐 庸雄 先生

耳鼻科:呉共済病院 高橋 宏幸 先生

眼科:済生会呉病院 野間 堯 先生




歯科:三条歯科 山口 智香子 先生

薬剤師:オーツカ薬局Ⅱ 大塚 茂雄 先生



りょうじょうしょうがっこう せいかつしゅうかん 両城小学校の生活習慣のやくそく

両城小学校の早ね早おきなど生活習慣のやくそくについてです。良い生活習慣を続けて、元気っぱいの両城小学校を作っていきましょう。学年が変わったので、目標の時間が変わる学年もあります。もう一度、確認しましょう。

<p>お じかん 起きる時間</p> 	<p>りょうじょうしょうがっこう じどう がっこう い ひも やす ひも 7じ 両城小学校の児童は、学校へ行く日も休みの日も7時までに起きます。</p>
<p>ね じかん 寝る時間</p> 	<p>1・2年生は9時までに寝ます。 3・4年生は9時30分までに寝ます。 5・6年生は10時までに寝ます。</p>
<p>ね まえ 寝る前</p> 	<p>寝る1時間前には、テレビやゲーム、スマートフォン、タブレットの明るい光は見ません。</p>



保護者の方へ

お子様のご入学、ご進級おめでとうございます。養護教諭の天下です。お子様の心身の健康面で心配なことがございましたら、お気軽にご相談ください。

4月から6月にかけて健康診断を行います。現時点での健康診断の実施予定日を載せています。5月のほけんだよりで再度お知らせはしません。髪の結び方や持ち物等、お願いの欄を必ず確認し、忘れないようにお願いします。

項目	実施学年	実施日	お願い
保健関係配付	全学年	4 / 10	緊急連絡先は可能な限り3カ所記入し、記入漏れ・押印漏れのないようにしてください。
保健関係書類提出	全学年	4 / 13	
尿検査配付	全学年	4 / 17	採尿の仕方は後日配付します。17日に欠席した場合、17日に学校に容器を取りに来てください。
尿検査提出	全学年	4 / 18	
身体測定(身長・体重)	特支	4 / 20	体操服が必要です。 計測の妨げになるため、朝、髪を結ぶときに、髪は頭の上で結んだり、頭の真後ろで一つ結びにしなさい。 
	1年生	4 / 12	
	2年生	4 / 13	
	3年生	4 / 14	
	4年生	4 / 17	
	5年生	4 / 21	
視力	特支	4 / 20	メガネやコンタクトを持っている児童はメガネとコンタクトを持たせてください。 
	1年生	4 / 12	
	2年生	4 / 13	
	3年生	4 / 14	
	4年生	4 / 17	
	5年生	4 / 21	
聴力	特支	4 / 20	4年・6年は実施しません。 
	1年生	4 / 12	
	2年生	4 / 13	
	3年生	4 / 14	
	5年生	4 / 21	
歯科検診	全学年	4 / 27	歯ブラシが必要です。
眼科検診	2~6年生	4 / 28	前髪の長い児童はピンでとめてください。
	1年生	5 / 11	済生会呉病院で行います。
耳鼻科検診	全学年	5 / 9	前日に軽く耳掃除をしてください。
心臓検診	1年生	5 / 12	体操服が必要です。
色覚検査	1年生	4 / 12	希望者のみ行います。
		4 / 13	
	4年生	4 / 17	
内科(結核)検診問診票配付	全学年	5 / 12	記入漏れのないようにしてください。
内科(結核)検診問診票提出		5 / 15	
内科検診	全学年	5 / 30	

「尿検査」忘れないでください！

尿検査は呉市医師会の職員が学校に検体を取りに来てくださいます。忘れた児童がいたときは、別日を設定し、学校医に事前連絡し、そして教育委員会へ連絡し、教育委員会から医師会に学校医の病院まで検体を取りに行くように連絡がいきます。そして当日、養護教諭が学校医の病院まで検体を預けに行きます。たかが忘れ物、されど忘れ物…。児童は別日に尿をとるのみかもしれませんが、様々な機関との連携が必要となり、学校でもたかさんの手順を踏まなければなりません。どうか尿検査お忘れの無いようにお願いします。

わすれないでね

