

えがお



令和6年4月9日
江戸川区立大杉小学校
ほけんだより

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

じぶん の からだ を 知 ろ う
自分のからだを知ろう

校長 藤田 暁美 養護教諭

今年度から養護教諭を務めます、堀越郁美です。みなさんが笑顔で楽しい学校生活が送れるように保健室からお手伝いをさせていただきます。

さて、待ちに待った新年度が始まりました。新しい学年に心はずませている人、やる気いっぱいの人、ときどきして不安な人…様々な気持ちがあると思います。この時期は、緊張から体が疲れてしまうこともありますので、夜は早く寝ることを心がけていきましょう。毎日を元気に過ごして、今年度もがんばっていきましょう。



ほけんしつ 保健室ってどんな場所？

【何をするとおころ？】

①けがをしたときの応急手当て
授業中や休み時間に何かけがをしたときに、絆創膏を貼ったり、冷やしたりして応急手当てをします。



②体の調子が悪いときの休養
熱が出る、お腹や頭が痛い…など体の調子が悪いときにソファやベッドで休むことができます。



③体や健康について学ぶ
発育測定やいろいろな検査、検診を通じて、自分の体や健康について勉強をすることができます。



④心配事や悩みを相談する
何か心配なことや、悩みがあったら話しに来てください。保健室の先生とは別に、週1回スクールカウンセラーの先生も来ています。



【注意してほしいこと】

①継続的な手当てはできません。
学校ではないところで起きたけがや、当日のけがではないものは手当てができません。



②飲み薬はありません。
薬品のアレルギー等もあるので、飲み薬を学校から渡すことはできません。どうしても必要な場合は、担任の先生と相談して、おうちからも持ってくるようにしてください。

【守ってもらいたいこと】

①担任の先生に、保健室に行くことを伝えてから来てください。
②保健室の中では静かにしてください。
③薬や道具、冷蔵庫などに勝手に触らないようにしてください。



けんこうしんだん ただ う 健康診断を正しく受けよう！

発育測定 (全員)

★4月10日 (水)

身長と体重を測ります。髪が長い人は、横で結ぶようにしてください。

耳鼻科検診 (全員)

★4月11日 (木)

耳や鼻、のどの病気を調べます。耳掃除をしっかりとしましょう。

聴力検査

(1, 2, 3, 5年生)

★4月12日 (金)

耳の間こえを調べます。小さな音なので、検査中は静かにしてくださいね。

腎臓検診 (全員)

★4月23日 (火)

前日に容器を配布します。当日の朝、忘れないようにしてください。

眼科検診 (全員)

★4月25日 (木)

目の病気が無いかどうかを調べます。

内科検診 (全員)

★4月22日 (月) (1, 2年生)

4月26日 (金) (3, 4年生)

4月30日 (火) (5, 6年生)

心臓や皮膚の状態、背骨の状態をみます。体を清潔にしてください。

視力検査 (全員)

★5月1日 (水) (1, 2年生)

5月7日 (火) (3, 4年生)

5月14日 (火) (5, 6年生)

どのくらい遠くのものが見えるか調べます。メガネをかけている人は、持ってきてください。



歯科検診 (全員)

★5月9日 (木) (1, 2, 3年生)

5月16日 (木) (4, 5, 6年生)

むし歯の有無や歯の汚れがないかを調べます。しっかり歯みがきをしましょう。

心臓検診 (1年生)

★5月22日 (水)

胸や手首、足首に器具をつけて心臓の動きを調べます。痛くないので、リラックスしてね。

脊柱側弯検診

(5年生)

★5月29日 (水)

背骨のゆがみが無いかどうかを調べます。

★結果は人それぞれ違います。

友達の検診結果を見たり、健康状態について意見を言ったり、からかったりしないようにしましょう。

一 保護者の方へお願いとお知らせ 一

◆ 4月15日 (月) までに提出をお願いします。

① 保健資料 (水色の用紙)

連絡先 (住所・電話番号・緊急連絡先) が変更になった場合は、必ず記入してください。また、年度途中に変更になった場合は、その時点で担任に連絡してください。

② 結核検診問診調査票 (オレンジ色の用紙)

よくお読みになり、もれないように記入して、提出してください。

③ 運動器検診保健調査票 (白色の用紙)

ご家庭でお子さんの様子を確かめていただき、記入後、提出してください。

◆ 日本スポーツ振興センターについて

「日本スポーツ振興センター共済掛金の全額区費負担について」を配布します。学校管理下での事故によるけがで、受診料が5000円 (保険証3割負担で1,500円) 以上かかった場合には、子ども医療証を使用せずに日本スポーツ振興センターの給付請求の手続きをしてください。申請に必要な書類は学校にありますので、担任または養護教諭までご連絡ください。また病院によっては紹介料や書類作成料が別途かかる場合がありますので、ご承知おきください。