

ほけんだより



常総市立飯沼小学校 令和6年4月9日発行

ご入学・進級おめでとうございます。

新学期になりました。新しい学年、新しい教室、新しい先生。新しいことがたくさんです。この時期は、体も心も疲れやすい時期です。なんとなく疲れたなどと思ったら、ゆっくりお風呂に入り、早めに寝るようにしましょう。



健康診断が始まります

毎年行われる健康診断。大切な役割があります。

【身体測定】は自分の体の成長を知ることができます。

【視力・聴力検査】は勉強や運動に十分な力が発揮できる状態か、毎日の学校生活を送る上で何か不便を感じることはないかを調べます。

【内科・歯科検診・心臓病検診・尿検査】では、気づかないうちに病気などにかかっていないかを調べます。

自分の体を知ることは自分の体を大切にすることにもつながります。自分の体を大切に、健康な生活を送るために健康診断は、しっかり受けるようにしましょう。

4月の健康診断の日程

月/日 曜日	時間	検査項目	対象者	準備物
4/8 (月)		保健調査票配付	全学年 ※1年は9日	封筒に入れて提出。保護者の押印又はサインを忘れずに。
10 (水)	2～5校時	身体測定	6・5・4年	半袖・半ズボンで実施。 髪を結ぶ位置に注意する。
11 (木)			3・2・1年	
12 (金)	2・3校時	視力検査	6・5年	メガネを使用している人は必ず持参する。
15 (月)			4・3年	
16 (火)			2・1年	
17 (水)	2・3校時	聴力検査	5・3年	
18 (木)			2・1年	
24 (水)		尿検査容器配付	全学年	
26 (金)	8:30 までに	尿一次検査提出	全学年	起床直後の中間尿をとる。

【あ・い・う・え・お】で朝の健康観察してみよう！

- あ さはスッキリ起きられましたか？ え がおで一日すごせそうですか？
- い たいところはないですか？ お いしく朝ごはんは食べられましたか？
- う んちはでましたか？

保健室はこんな時にきてね！

- けがをしたとき
- 体調が悪いとき
- 健康に関して質問があるとき
- 悩みや心配なことがあるとき など



★保健室にはルールがあります！

- ・必ず担任の先生にいつからくるようにしましょう。
- ・おうちでのけがやずっと続いているけがは、おうちで手当てするようにしてください。
- ・具合が悪くて保健室で休む場合は、原則1時間です。治らない場合は早退し、おうちでゆっくり休んでください。

お世話になる校医さん

学校医 伊藤金一先生【いとう内科胃腸科医院】 染野忍先生【染野クリニック】
 学校歯科医 秋葉徹先生【秋葉歯科医院】 関井正秀先生【関井歯科医院】
 学校薬剤師 鈴木康生先生

保護者の方へ

- 健康診断について
健康診断はお子さんが自分の体に興味を持ち、健康に過ごそうとする態度を育てる良い機会になるかと思えます。ご家庭でも話題になさってみてください。
身体測定、視力検査、歯科検診については、全員に結果をお知らせします。その他の健診・検査については、異常があった場合や受診の必要性がある場合のみお知らせします。受診の必要がある場合には、早めに専門医を受診し、受診後は必ず、受診報告書の提出をお願いします。すでに、医療機関を受診している場合などは、結果や指示の内容などを保護者の方が記入してください。
学校で行う健康診断は、疑いのある人を分けるスクリーニング検査ですので、受診の結果、異常なしと診断されることもあります。全ての結果は、夏休み前に配布する健康手帳でお知らせします。
- 薬について
お子さんに、飲み薬や目薬などを持たせる場合は以下の確認をお願いします。
○【何の薬か】【いつ】【どれだけ】【どのように】使用するかを連絡帳等でお知らせください。
○連絡が無いときには、電話などで確認させていただきます。
○薬は誰が持ってきたかわかるよう名前を書くか、名前のシール等を貼るようにしてください。
○朝登校したら必ず担任に預けるようにしてください。