



ほけんだより

ご入学・ご進級おめでとうございます!

平成31年4月8日
玉里小学校保健室
NO. 1

みなさんがこの1年、健康で、心も体も大きく成長することを願っています。ほけんだよりでは、毎日をもっと元気に・健康に過ごすために、気をつけてほしいことや守ってほしいことをお伝えします。おうちの方と一緒によんでください。

4がつ ほけんもくひょう
4月の保健目標

○自分のからだを正しく知ろう

ほけんしつ
保健室はこんなところですよ



けがをしたとき

応急処置をします。傷口がよごれているときは洗ってから保健室にきてください。

※家でのけがは、家で手当しましょう。



体のちょうしが悪いとき

休むためのベッドがあります。どこが、いつから、どのようなになったのかを教えてください。



悩んでいることや話したいことがあるとき。

気軽に相談してください。

からだや心のことについて知りたいことがあるとき。
本や資料もあります。

玉里小保健室利用のルール

- 【た】担任の先生に話してから来る。
- 【ま】マナーを守る。
- 【り】理由をはなす。
(どうしてけがをしたのか など)

保健室の池田 朗子です。今年、玉里小に赴任してきました。

みなさんが、『心』も『からだ』も健康で、楽しい学校生活を送れるようにお手伝いしたいと思います。体や心のことで困ったことがあったら、保健室にきてください。よろしくお願いします。



けんこうしんだん 健康診断がはじまります



なぜ健康診断をするの？

健康診断は、自分の体を知るため、健康を守るため、健康な体を育てるためにしています。
4月～6月の間に、いろいろ検査があります。



●けんこうしんだんスケジュール

日にち	項目	学年	内容	
4月11日	体位測定	5・6年生	身長・体重をはかり、体がバランスよく	たいそうふく 体操服
4月12日	視力検査	3・4年生	成長しているか調べます。視力検査では、	
4月15日		1・2年生	見え方に問題がないか調べます。	
4月17日	尿検査	全学年	じん臓の病気などを発見します。	
4月25日	心臓検診	1年生	心臓に異常がないか調べます。	たいそうふく 体操服
5月23日	歯科検診	全学年	歯や歯ぐきが健康かどうかを、歯科医の先生にみていただきます。	あき 朝はみがきをする
5月24日	内科検診 運動器検診	1・2・4年生	心臓の音をきいたり、皮膚や骨のようすをみます。	たいそうふく 体操服
5月31日	内科検診 運動器検診	3・5・6年生	心臓の音をきいたり、皮膚や骨のようすをみます。	たいそうふく 体操服
6月上旬	聴力検査	全学年	聞こえ方に異常がないか調べます。オーディオメーターという機械を使って検査します。	

保護者の皆様へ

毎年、4月から6月にかけて、健康診断が行われます。保健調査票のご記入に、ご協力をよろしくお願いいたします。特に、保健調査票の7最近の健康状態「整形外科」の項目は、実際にお子様の体を確認したり、動かしたりして、チェックしてください。そのチェックをもとに、内科検診で、医師の診察を受けます。

お子様の健康のことで心配なことなどありましたら、お声掛けください。1年間よろしく願いいたします。

校医さん・薬剤師さんの紹介

- 学校医 幕内 幹男先生 (山王台病院・石岡市)
- 学校歯科医 東 英仁先生 (東歯科医院・小美玉市)
- 学校薬剤師 杉村 トミエ先生 (太陽堂薬局・石岡市)

