

# ほけんだより

## 4月

藤沢市立  
長後小学校  
保健室  
2019. 4. 8

あたたかな春のおとずれとともに、新年度がはじまりました。1年生とともに新しい生活がスタートします。新しい生活になれるまでは、体も心も疲れやすいものです。できるだけ早くねるようにして、すいみんを充分にとり、その日のつかれを次の日に残さないようにしましょう。みなさんが元気に毎日をすごせるように、保健室からせいっぱい応援するのは、養護教諭の納富弥生と保坂聖子です。なにか困ったことがあったらいつでも相談してくださいね。どうぞよろしくお願ひします。

### こんなときは、保健室に来てください！

#### ★けがをしたとき

手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。



#### ★具合が悪くなったとき

しばらく休めばよくなりそうなときはベッドで様子をみます。



#### ★なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談のにります。



#### ★からだや健康について知りたいとき

保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。



### ほけんしつのおいことば 「自分のことは自分ではなそう」

ゆっくりでいいから自分のからだのようすを教えてね。  
★保健室にくるときは、担任の先生にお話してからきましよう。  
★てあてをしてもらったら、おうちの人にもつたえてね。

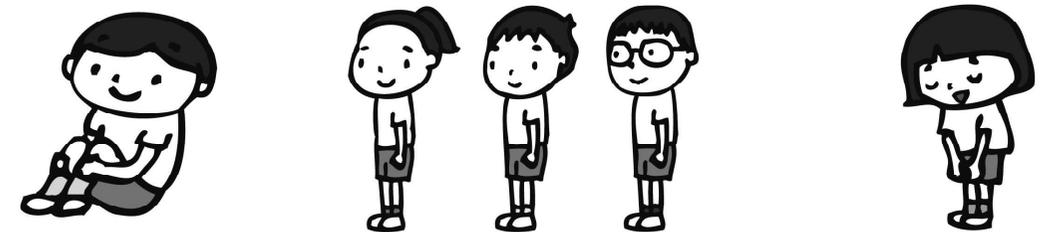


## 健康診断がはじまります

4月～6月にかけて健康診断があります。みなさんのからだのようすをチェックするととても大切な行事です。忘れものをしないように、日にちをかくにんしてくださいね。

## けんこうしんだん うけるときのルール

先生の話をよくきく      じゅんばんをすずかにまつ      学校医さんにあいさつする



### 保健室から今月のミッション

#### （尿検査）を忘れない3つの作戦



容器をトイレのドアに貼っておく

容器を枕元に置いて寝る

家族の人に話しておく

健康診断の前日には・・・

- ①お風呂でからだをきれいにしよう。
- ②耳や目にかかる髪はむすんでまとめましよう。計測の日は高いところではなく、2つむすびなどくふうをしよう。
- ③メガネのある人はメガネを忘れずに。
- ④健診前の身だしなみ。毎朝顔をあらって歯みがきしよう。



## 保護者の方へ

養護教諭の納富弥生と保坂聖子です。今年度からはこの二人で保健室を運営して参ります。子どもたちが長後小学校で毎日元気に楽しく暮らしていけるよう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。

### 保健関係書類提出のお願い

春は記入する書類が多くお手数をおかけしますが、保健関係の書類の記入・提出をお願いいたします。

○1年生→保健調査票・心臓病問診票

○2～6年→保健調査票

4月12日（金）  
締め切りです。

学校で行う健康診断は「スクリーニング」といい、心配や疑いがあるものを選び出すことが目的です。結果については健康手帳でお知らせいたします。受診が必要と思われる場合には該当児童へ「受診のおすすめ」でお知らせいたします。

### お世話になる学校医の先生方です

内科 低学年 鈴木 誠先生（長後中央医院）

高学年 菅 誠先生（すが内科クリニック）

歯科 低学年 小竹 俊一先生（コタケ歯科医院）

高学年 島田 和典先生（島田歯科クリニック）

耳鼻科 2・4・6年生 臼井 大祐先生（からさわ耳鼻咽喉科）

眼科 全学年 秦 淳也先生（湘南台はた眼科）

### 《色覚検査について》

法の改正により、学校で色覚検査が行われなくなりましたが、おうちの方のご希望があれば随時保健室で検査をすることができます。検査をご希望される場合は担任を通じて保健室までお知らせください。

## 健康診断がはじまります

### 4月17日（水）は尿検査の日です！！

対象：全校児童（経過観察者は対象にならないので個人にお知らせします）

配布日：4月16日（火）

①袋に名前、クラス、番号を書き入れたら、袋に印刷してある番号を容器のラベルに必ず書いてください。（油性ペンかボールペンで）

②紙コップを作る紙の「尿を採るときのご注意」をよく読んで、前日の夜にはトイレに置いておきましょう。

③17日（火）は朝起きたらすぐに、尿をとってください。忘れずに当日提出してください。

※例年、子どもが忘れてしまった尿を当日朝のうちに保健室に届けてくださる保護者がいます。保健室に回収業者が来る9：00までに持ってきていただけると間に合います。

健康診断日程

日	曜日	
4/10	水	身体計測6年
11	木	身体計測5年
12	金	身体計測4年
15	月	身体計測3年
16	火	1年心臓検診
17	水	尿検査（1次）
18	木	身体計測2年
22	月	身体計測1年1・2・3組
23	火	内科検診2・3年
24	水	身体計測1年4・5組
5/7	火	聴力・視力再検査5年
9	木	尿検査（2次）
10	金	聴力・視力再検査2年

