

ほけんだよい



南比都佐小学校

ほけんしつ

令和6年(2024年)4月10日

入学 進級 おめでとうございます

新学期が始まりました！1年生はもちろんのこと、2年生から6年生も新しい環境にドキドキわくわくの気持ちでいっぱいだと思います。新しい環境になったときこそ早寝・早起き・朝ご飯など、規則正しい生活を心がけましょう。
元気いっぱい・笑顔いっぱいの、たのしい1年を過ごしていきましょうね！



健康診断のお知らせ

4月初めから健康診断が続きます。
日程や準備物、内容を確認しておきましょう。

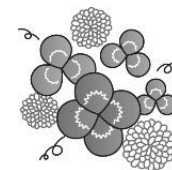
項目	実施日	対象のクラス
身体測定	4月11日(木)	4年・5年・6年
	4月12日(金)	1年・2年・3年
視力検査	4月16日(火)	4年・5年・6年
	4月17日(水)	2年・3年
	4月18日(木)	1年
尿検査(1次)	4月18日(木)・19日(金)	全校児童
心電図	4月24日(水)	1年・4年
聴力検査	5月7日(火)	1年・2年・3年・5年
歯科検診	5月9日(木)	全校児童
尿検査(2次)	5月9日(木)・10日(金)	対象児童(未提出・再検査)
内科検診	5月31日(金)	全校児童

※日常生活や授業中にめがねをかけている人は、視力検査のときに必ず持ってきてください。
※健康診断の期間のあいだ、半袖の体操服上下を必ず学校に持ってきておいてください。
※すべての検査のあいだ、待っている人は静かにしましょう。



健康診断は、いろいろな検査や検診をしますね。自分の成長や健康の様子を知る、とてもいい機会です。
また、詳しい検査が必要だとわかった時にはきちんと受けて、自分の大切な体の健康を守りましょう。

どんな検査があるの？何を調べるの？



【身体測定(背の高さ、体の重さ)】

身長と体重を測ります。
身長と体重のバランス、去年と比べてどうか、順調に成長しているかを見ます。



※体操服の半袖、半ズボンで受けましょう。

【聴力検査(耳の検査)】

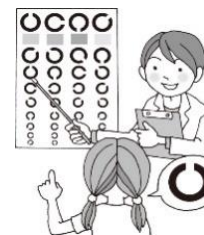
授業中の声や話し声、物音など、音を聞く力が十分にあるかどうかを調べます。



※耳そうじをして、耳垢を取っておきましょう。
※聞こえにくかった人は、後日再検査をします。

【視力検査(目の検査)】

黒板やテレビ、教科書の文字など、遠くや近くが見えにくくないかを調べます。



※メガネを持っている人は、当日必ず持ってきてください。

※B以下の人は、後日再検査をします。

- | | |
|------------|--------------------------------|
| A(1.0以上) | →普段の生活を送るのに十分な視力 |
| B(0.7~0.9) | →普段の生活で困ることは少ないですが、定期的なチェックは必要 |
| C(0.3~0.6) | →黒板や教科書の文字が見えにくくなってきている |
| D(0.3未満) | →普段の生活で困ることが多くなる |

【内科検診(体の検査)】

校医さんに診ていただきます。



- ・心臓、肺…心臓の音や呼吸の様子
- ・背骨、胸の形、手足…骨が曲がっていないかなど
- ・皮膚…皮膚の病気にかかっているかないか
- ・栄養の様子…やせすぎ、太りすぎではないか、顔色など

※体操服の半袖、半ズボンで受けましょう。

※長い髪の毛は、束ねてきてください。

【心電図(心臓の検査)】

心臓の病気を発見する検査です。



※体操服の半袖、半ズボンで受けましょう。

【歯科検診(歯の検査)】

学校歯科医さんに診ていただきます。



- ・むし歯(C)がないか
- ・歯並び、かみ合わせ、あごの発達
- ・歯の汚れ(歯垢)
- ・歯ぐきの状態(歯肉)等

※登校前の歯みがきを忘れずにしてきましょう。

【尿検査(腎臓の検査)】

腎臓の病気を発見する検査です。



※朝起きて一番のおしっこをとってください。

保健室はこんな場所です

ケガの手当て
をしてくれる



体調が悪いときに
休める



悩みを
相談できる



体や心について
聞ける



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。
「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

守ってね！保健室の大切なルール



担任の先生に言って

入室カードをもらってから来ましょう



静かにしましょう



保健室のものは勝手にさわりません

保健室へ
来るときの
3ステップ



今年度の校医の先生方です

○学校医 岡 藤太郎 先生 (岡診療所)

○学校歯科医 住井 浩剛 先生 (住井歯科医院)

○学校薬剤師 岸村 一夫 先生 (きしむら調剤薬局)

健康診断も含めて、さまざまなところでお世話になります。よく覚えておきましょう。あいさつも忘れずに！

保護者の方へ

今年度から、南比都佐小学校の養護教諭になりました 社納 いる香 です。
お子さまの心身の健康・安全について、精一杯サポートさせていただきます。
これから、どうぞよろしくお願いいたします！



ほけんだよりについて

ほけんだよりでは、健康に関するものの他に、学校生活に関するお願いや、保健行事の際の注意事項なども発信していく予定をしております。ぜひ、お子さまと一緒に読んでいただけたらと思います。

欠席連絡について

体調不良やおうちのご都合で学校を欠席・遅刻される場合は、必ず、理由も含めて 朝 8:15 までに 学校へ連絡(欠席連絡アプリ「すぐーる」または電話)を入れていただくか、連絡帳で担任までお知らせください。

理由については、「いつから」「どこが」「どうなった」「体温は何度」など、具体的にお知らせください。また、医療機関への受診の有無もお知らせください。

お子さまの健康状態を含め、安全かつ確実に学校に登校できているかを把握するために大切な情報です。ご協力をよろしくお願いいたします。

学校感染症について

インフルエンザ 百日咳 風疹 麻疹(はしか) 水痘(水ぼうそう)
流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) 結核 咽頭結膜熱(プール熱)
髄膜炎菌性髄膜炎 新型コロナウイルス感染症 等

これらの感染症にかかった場合は、出席停止となります。

欠席扱いにはなりませんので、医師の指示に従い、本人の症状の悪化防止や他の児童への感染防止のために、十分休ませてあげてくださいようお願い申し上げます。

衣服などの貸し出しについて

体操服や下着など着替えが必要になった場合に、保健室から貸し出しをすることがあります。基本的に保健室で貸し出したものは洗濯をしていただき、学校へご返却ください。ただし下着については、新しいものをお渡ししますので、同じサイズの新しいものを購入いただき、学校へご返却ください。