

保健だより

平成 25 年 4 月 8 日

No.1

矢祭町立内川小学校 保健室

発行責任者：養護 熊倉

入学・進級 おめでとうございます

いよいよ新年度がスタートしました。今年度もこの保健だよりなどで、みなさんの身体と心の健康をサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします！

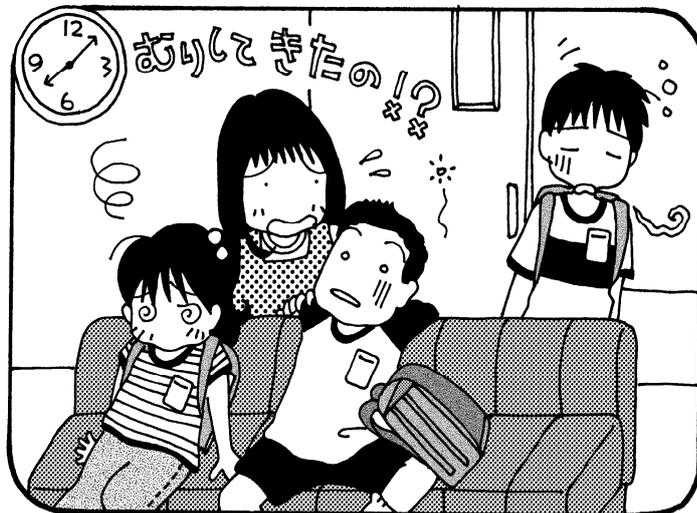
★今年度もお世話になる学校医の先生方★



内科 木村 芳朗先生(木村医院)
 歯科 古張 武先生(古張歯科医院)
 薬剤師 金澤 雅代先生(金澤医院)

★登校前の健康観察★

登校前に健康観察を！



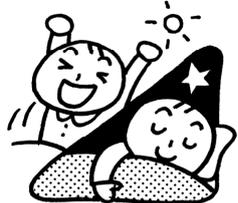
朝の体調は、1日の行動に大きく影響します。ところが、子どもたちは自分の体調が悪いことに気づかず登校してしまうことがあります。お子さんが学校で元気に過ごしたり、病気の早期発見・早期治療につなげたりするためにも、ご家庭で毎朝の健康観察をお願いします。

○ 観察のポイント

- ・ 元気はありますか？
- ・ ぐっすり眠れましたか？
- ・ 朝ごはんをおいしく食べましたか？
- ・ 体の調子が悪いところはありませんか？
- ・ 熱は、平熱ですか？
- ・ 顔色はよいですか？

きろく正しい生活習慣が元気のひけつ

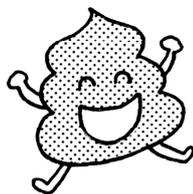
はやね・はやおきしてぐっすりねむろう



3食しっかり食べよう



毎朝うんちをしてスッキリしよう



外で元気に体を動かそう



るため、またかかっている病気を発見するために、

◎健康診断日程◎

検査項目	月日	時間	対象	備考	場所
身体測定	4月10日 (水)	8:30~	全学年	運動着(半そで・半ズボン)を着用する。 ※ 女の子は、 <u>髪の毛の結び目が後ろや頭頂にくるような髪型を避ける。</u>	保健室
内科検診	4月16日 (火)	13:00~	全学年	身体を清潔にしてくる。 提出物:結核問診票	
心電図検査	5月9日(木)	8:00~	1・5年生	問診票を事前に提出する。 提出物:心臓調査票	
貧血検査			5年生	同意書を事前に提出する。 提出物:貧血検査希望調査	
尿検査			全学年	<u>9日の朝に取る</u> ので、取り忘れに注意する。 提出物:検査容器	
ぎょう虫卵検査			1~3年生	<u>8日の朝と9日の朝に取る</u> ので、取り忘れに注意する。 提出物:検査セロハン	
歯科検診	5月8日(水)	9:30~	全学年	ていねいに歯をみがいてくる。 提出物:歯科検診事前調査票	

※ 各健診の調査票や使用検査グッズは、専用の封筒に入れてお渡ししますので、その封筒に入れて学校へ提出するようにしてください。

内川小学校では、毎日「ハンカチ・ちり紙・ツメ」の清潔検査(さわやかチェック)を行っています。

ハンカチやちり紙は、清潔な生活を送るためだけでなく、けがをした時など、いろいろな場面で役に立つことがあります。

また、ツメをきちんと切っていると、ばい菌から身を守ることとなります。

昨年度も、ご家庭で協力いただいた結果、ほとんどの児童が「ハンカチ・ちり紙」を持ってこれていました。今年度も、子どもたちの健康への意識を高めるために、健康観察とともに、「ハンカチ・ちり紙」をきちんと持っているか、ツメをきちんと切っているか、見ていただくようお願いします。

