

4月

ほけんだより

令和6年4月
美南小学校
保健室

入学・進級おめでとうございます。今年度もみなさんが毎日笑顔で元気に過ごせるようにお手伝いしていきます。よろしくお願いたします。

です。
おぼえてくださいね！



ほけんしつ
保健室は
たんとう
が担当します。



です。
と呼んで
ください！



保健室の利用について

保健室では騒がないでね！

学校でケガをしたり体調が悪くなったときに
応急手当や一時休養ができます

こんなときにもぜひ
保健室へ来てください

手当の際に「いついつから」
「どこが」「どうしたのか」など、
自分の状態を
説明してください。

体や心、健康について
知りたいことがあるとき

困ったことや相談したい
ことがあるとき

休養は原則1時間です。
よくなるいときは
早退を勧めます。

身長や体重などを
測りたいとき

※保健室では内服薬をあげたり、
翌日以降の継続した手当ではできません。

※先生に伝えてから来室しましょう。
また、緊急でないときは休み時間に利用するようにしてください。

《今月のほけん目標》

「生活リズムを作ろう ～休み時間にトイレをすませよう～」

新しいクラスになりドキドキしている人、まだ春休み気分の人、色々な気持ちでスタートしていると思います。4月から落ち着いた生活を送るためには休み時間の使い方が大切です。休み時間にはトイレをすませて、あわてず次の時間をむかえるようにしましょう。

保健室で『できないこと』とは？

× 長い時間の休よう
保健室で休むことができるのは短い時間だけ。教室にもどることがむずかしいときは、おうちの人のおむかえで「そうたい」になります。



× つづけての手当て
保健室で受けられるのは「おうきゅうしよち」。その後のちりようは病院に行き受診し、お医者さんの指示にしたがいましょう。

× のみ薬をもらう
かぜ薬やげりどめなどもNGです。毎日のんでいるなど、必要な薬がある場合はそれぞれで持ってくるようにしてください。





健康診断。お知らせ
けんこうしんだん じぶん からだ ようす し たいせつ けんさ
健康診断は自分の体の様子を知るととても大切な検査です。
じぶん からだ し
自分の体を知るきっかけにしましょう。

かつ けんこうしんだんについて
《4月の健康診断日程》

月	火	水	木	金
8 身体計測 6年生/特 朝~1H/3H 	9 身体計測 5年生/4年生 朝~1H/2H~業間	10 身体計測 3年生/2年生 1H/2H	11 どれくらい おお 大きくなって いるかなあ。 	12
15 眼科検診 4年生 9:30~	16 身体計測 1年生 1~2H	17 聴力検査 3年生 3~4H	18 聴力検査 1年生・特/2年生 1~2H/3~4H	19
内科検診 4年1~4組 13:15~	聴力検査 5年生 3~4H	内科検診 3年生 13:15~		
22 内科検診 4年5~7組 13:15~	23 心電図検査 1年生 9:00~	24 内科検診 6年生/特 13:15~	25	26

..... 保護者の方へ ~登校前の健康観察について~

新年度がスタートしました。お子さんたちは前向きな気持ちや期待にあふれる一方、入学・進級に伴いさまざまな面で環境が変わったことで、少なからず不安や緊張も抱えていることと思われます。楽しく充実した学校生活、また病気・異常の早期発見のためにも、朝の登校前、お子さんの「健康観察」を実施していただければと思います。

- すっきりと起きられたか
- 朝食はしっかりとったか
- 頭、お腹などを痛がっていないか
- 気分が落ち込んでいないか
- 発熱はないか
- その他、普段と違う様子はないか

朝のお忙しい時間帯ですが、引き続きご協力のほど、お願い申し上げます。お子さんの心理面・体調面ほか、気にかかることがありましたら担任・養護教諭までお気軽にご相談ください。

年度当初は、保健関係の書類が多くお手順をお掛けしますが、検診等で必要なものになります。記入・押印漏れのないようにご確認いただき、期日までにご提出ください。

2年生、3年生、4年生、5年生、6年生：4月9日（火）に提出
1年生：4月10日（水）までに提出

★緊急連絡カードは早退や緊急時に使用します。確実に連絡がとれる連絡先のご記入をお願いいたします。勤務先の変更があった場合は学校にご連絡ください。

保健室では予備用のマスクの準備がありますが、数に限りがあるため、ランドセルに予備用マスクを常備していただくと安心ですので、ご準備いただくと助かります。

年々暑さが増し、夏場だけでなく熱中症のリスクがあります。涼しいと思われる日でも水筒を持参していただくと安心です。