

# ほけんだより 5 がつ

平成30年5月2日  
**児童数配布**  
 練馬区立仲町小学校  
 保健室

新学期が始まって、1か月がたちました。新しい学年やクラスには慣れたでしょうか。そろそろ緊張感がゆるみ、体や心の疲れが出始める頃です。また、気温や天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩す人も増えてきます。「疲れたな～」と感じたら、早めに寝ることが大切です。睡眠と栄養をしっかりととり、手洗い・うがいをこまめに行き、体調を整えていきましょう。

## ほけんしつ 保健室はこんなところです

みなさんの体や心の健康について一緒に考えたり、お手伝いをしたりするところです。今年度から、落合が担当します。けがや病気の時はもちろん、困った時や悩みを相談したい時は、ぜひ利用してください。仲町小の児童みんなが安心して利用できるよう、約束は守ってくださいね。

### なかまちしょう ほけんしつ やくそく 仲町小 保健室の約束



- ① 保健室に行く時は、担任の先生に言ってから行きます。  
 (休み時間にけがをした時などは、後で担任の先生に報告してください。)
- ② 具合の悪い人が休んでいることがあります。保健室では静かにします。
- ③ 「いつから」「どこが」「どんな具合なのか」を自分で話します。
- ④ けがや病気で保健室を利用した時は、お家に帰ってから必ず話しましょう。
- ⑤ 保健室で保冷剤や湯たんぽなどを借りた時は、その日のうちに返します。

## がつ けんこうしんだんよていひょう [5月の健康診断予定表]

※の検診を欠席の場合は、各校医の医院にお家の方と一緒にいって受けてもらうこととなります。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
聴力検査	5/10 (木)	5/9 (水)	5/8 (火)	/	5/7 (月)	/
尿検査予備日	5/8 (火) 8時50分までに保健室に提出					
尿2次検査	5/16 (水) 8時50分までに保健室に提出					
※ 耳鼻科検診	5/16 (水)					
※ 歯科検診	5/24 (木)					

# 健康診断

## こんなことを守ってね

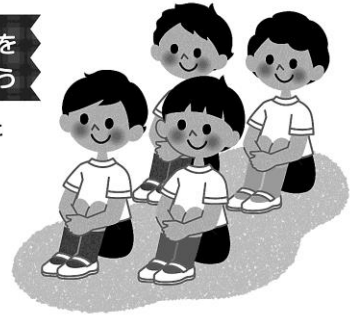
### 学校医の先生にあいさつとお礼をしっかりと

みなさんのからだの状態を見てくださる学校医の先生です。「よろしくお願ひします」「ありがとうございました」と、あいさつやお礼を忘れずにしましょう。



### 前の人の受け方を覚えておきましょう

自分の順番が来たときにきちんとできるように、前の人がどのように受けているか、様子をきちんと覚えておきましょう。



### 検診中は静かにしましょう

検査や検診のときにさわがしいと、きちんと検査ができず、また、記録している人が結果を聞き取りにくくなります。しゃべったり音を立てたりしないようにしましょう。



### 人の結果は見ません

結果はみなさんそれぞれの大切な情報です。人によって違うものであり、自分自身でしっかり確認することが大切。人の結果を見たりからかたりしないように！



## 保護者の方へ

### 健康診断の結果について

- 病気や異常の疑いのある人に、「結果のお知らせ」を配布しています。「結果のお知らせ」が届きましたら、なるべく早めに専門医での診察・治療・相談を済ませ、必ずその結果を学校に提出してください。
- 定期健康診断結果は、健康カードで後日お知らせする予定です。
- 何かご不明な点がございましたら、いつでも保健室までご連絡ください。