令和5年4月6日発行
練馬区立光が丘春の風小学校
校　　長　　内木　勉
養護教諭　　鎌田 菜穂

ご入学、ご進級おめでとうございます。保健室の鎌田菜穂（かまだなお）です。今年度も引き続き、みなさんが心も体も元気に、楽しく学校生活を送ることができるよう、お手伝していきます。よろしくお願いします。

「ほけんだより」では、保健行事や心と体の健康についてお知らせしますので、おうちの人と一緒に読んでくださいね。

## 4月の保健目標【健康診断を正しく受けよう】

### ○●4月の健康診断●○

| 検査の名前 | 実施日程 | 学年 | 場所 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| 計測/視力/聴力 | 4/7(金)8:45～ | 3. 5. 6年 | 体育館（身長体重、視力）<br>図書室（聴力） | 頭頂部での結髪は避ける<br>めがねをかけている人は忘れず持参する |
| | 4/10(月)8:45～ | 1. 2. 4年のぞみ | | |
| 歯科健診 | 4/12(水)8:30～ | 4. 5. 6年のぞみ | 保健室 | 朝、歯みがきをしてくる |
| 内科検診 | 4/20(木)13:15～ | 4年 | 保健室 | 体育着着用 |
| 尿検査 | 4/24(月)<br>8:50 まで | 全学年 | 保健室 | ※時間厳守！<br>8:50までに提出 |
| 内科・側弯検診 | 4/24(月)13:15～ | 5年 | 保健室 | 体育着着用 |
| 内科検診 | 4/25(火)13:15～ | 3年 | 保健室 | |
| 耳鼻科検診 | 4/27(木)8:50～ | 4. 5. 6年のぞみ | 保健室 | 耳が出る髪形にするか、髪を耳にかける |

### ○●配布・提出物●○

| 本日配布物 | 対象学年 | 締め切り |
|---|---|---|
| 保健調査票（6年間使用） | 全学年 | **4/10(月)<br>※厳守** |
| 結核健診問診票<br>（1年：緑色　2～6年：水色） | 全学年 | |
| 心臓病検診調査票 | 1年 | |

保健調査票の緊急連絡先は、必ず連絡のとれるところをご記入ください。
また、お勤めの方は勤務先の電話番号を必ずお書きください。職場変更の際には、新しい連絡先を担任にお知らせください。ご協力をお願いします。

保健室では、基本的に学校でのけがや体調不良の応急手当を行います。継続的な手当てや家庭でのけが等の対応は行わないこととなっております。また、なるべく医薬品等は使用しませんが、ムヒやレスタミン、ワセリン、個包装の目薬(アイリス CL-I ネオ)、湿布、マキロンを使用する場合があります。使用を控えたいものがございましたら、お申し出ください。

学校でのケガで受診したときは、医療費給付の申請ができます。詳しくは保健室までお問い合わせいただくか、日本スポーツ振興センターのHPをご覧ください。

## 保健室ではこんなことはできません!

## 保健室はこんなときにきてください

ケガをしたとき
救急処置してもらえる

具合が悪いとき
一時的に休養できる

悩みがあるとき
相談できる

健康について
知りたいとき

## ○●学校医の先生方●○

健康診断をはじめ、学校でのケガや病気になったときなどにさまざまな面からサポートしてくださる先生方です。健康診断などで会ったときには、元気にあいさつをしましょう。

| | |
|---|---|
| 内　科 | 齋藤　肇　先生 |
| 歯　科 | 関東　英雄　先生 |
| 眼　科 | 尾関　直毅　先生 |
| 耳鼻科 | 飯田　実　先生 |
| 薬剤師 | 貫井　愛子　先生 |