

# ほけんだより 4月

令和4年4月8日 保健室

問い合わせ先：(職員室) 03-3990-5451

新入生のみなさんはじめまして。養護教諭の です。2・3年生の皆さん、保護者の皆様は今年度も引き続き、どうぞよろしくお祈いします。

いよいよ新年度のスタートです！ひとりひとりが、毎日の体温測定や健康観察をしっかりと行い、健康観察カードへの記入を忘れずに行いましょう。登校時や給食前などの手洗いも意識して実施し、感染を予防していきましょう！

## 自分の健康状態を知り、しっかり管理を！

自分の体の具合が一番わかるのは、やはり自分自身。しっかり自己管理するためにも、毎朝、自分の健康状態についてチェックする習慣をつけましょう！

不調を感じたら、まずは熱を測ってみましょう。学校でも保健室で測ることができます。正しい体温の測り方も、しっかり頭に入れておいてくださいね。

- 熱はないか
- 体のだるさはないか
- 咳は出てないか
- のどの痛みはないか
- 鼻水、鼻づまりはないか
- 頭痛、腹痛、筋肉痛はないか
- 下痢、便秘をしてないか
- 吐き気、気持ち悪さはないか
- 睡眠は足りているか
- 食欲はあるか

### 【体温を測るときは】

体温計の先が  
脇のくぼみの  
中央に当たるよう、  
ななめ下から  
押し上げるようにして刺す。

体温計をはさんで脇を  
しっかり閉じ、反対の手で  
肘を押さえる。

### 保護者の皆様へ

#### ●新型コロナウイルス感染拡大予防のために

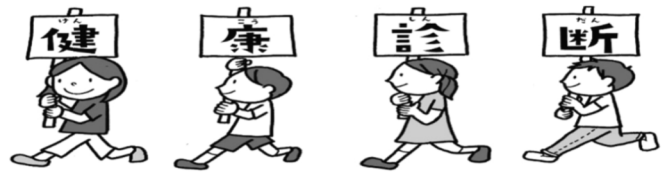
子どもたちの健康観察は、健康観察カードの記載をもとに行っています。保護者の皆様には、お子さんが毎日検温や体調について、カードへの記録がきちんとできているか確認していただき、保護者サインをして頂くように、よろしくお願い致します。また、体調不良の症状がある場合は無理せず自宅で休養するようお願い致します。

#### ●健康診断について

校内で行うのはスクリーニング検査です。必要に応じて健診センターで精密検査等が行われます。欠席等で期日に検査が受けられなかった場合は、後日保護者同伴で、校医の先生のところで検診を受けることになりますのでよろしくお願い致します。新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、今後も、健診の日程が変更になる可能性があります。お子様の体調で不安な点がある場合はお早めにかかりつけ医にご相談ください。

どうぞよろしくお願い致します。

# 令和4年度 健康診断日程表



項目	期日・学年、時間等	注意事項等
身体測定	4/12 (火)	1 校時～2 校時：3 年生 3 校時～4 校時：1 年生・6 組 5 校時：2 年生（2 年生のみ聴力検査なし） ・体育着着用。めがねやコンタクトを持っている人は忘れずに。
内科検診	3 年生：4/20(水) 1 年生・6 組 ：4/27(水) 2 年生：6/1(水) 13：15～開始	・学校医は長村 洋先生です。 ・体育着着用で検診を受けます。体育着を忘れないで持ってくる。 ・結核健診も兼ねます。 ・1・3 年生は側わん検診も合わせて実施します。
腎臓病検査	一次検査 1 回目：5/9(月) 2 回目：5/17(火) 二次検査：5/27 (金) 全学年	※朝 8：25 までに教室に提出（男女別に袋に入れる）。 (※生理の人は別の日に集めますので保健室に申し出てください) ・尿容器は、5月6日(金)頃に配布します。尿（おしっこ）をとる時の注意をよく読んでとってください。※当日朝一番最初の尿を取る。 ※容器をもらったら必ず、配られた名前シールを貼りましょう。 ・5/17、5/27 は教室で回収しません。8：30 までに保健室に提出してください
心臓検診	5/10(火) 8：50～	・1 年生が受ける検査です。（他学年の対象者も受けます） ・体育着着用で検査を受けます。 ・事前に、心臓病検診問診票を提出しています ・男子は電気製図室、女子は保健室で検査を受けます。
耳鼻科検診	5/11 (水) 全学年 8：50～	・耳鼻科の学校医は、若林 聡子先生です。 ・前日までに耳掃除をしておく・耳・鼻・のどに病気がないか調べます。
歯科検診	5/26(木) 全学年 8：50～	・学校歯科医は、大島一夫先生です。 ・朝の歯みがきを忘れずにしてくる。
眼科検診	6/9(木) 全学年 8：50～	・眼科の学校医は、中島裕美先生です。 ・眼の病気がないか調べます。
プール前健康調査	5 月下旬から 6 月 頃に調査用紙配布	・水泳の授業前に、プールに関する健康調査票の回収を行う予定です。
貧血検査	11/16(水)	・1 年生の希望者が対象です。・採血をして貧血かどうかを調べます。

## 学校医のお知らせ (令和4年度)

内科	・・・長村 洋	(オサムラクリニック)	☎03-3990-9888
眼科	・・・中島 裕美	(中島眼科クリニック)	☎03-3998-4113
歯科	・・・大島 一夫	(おおしま歯科医院)	☎03-3998-8118
耳鼻科	・・・若林 聡子	(富士見台診療所)	☎03-3998-4322

○ 学校での検診を欠席した場合は、学校からお渡しするプリントを持って、校医の先生のところで検診を受けるようにしてください。

○ 治療勧告書（お知らせ）がでた場合も必ず病院へ行くようにしてください。