

ほけんだより 4月

令和5年4月6日

練馬区旭丘小学校

No.1

4月の保健目標

自分の体を知ろう



入学・進級おめでとうございます。養護教諭の浅川円香です。

ぴかぴかの1年生を迎えて、新学期がスタートしました。今年も旭丘小のみなさんが心も体も元気に楽しく学校生活を送れるようお手伝いします。どうぞよろしくお願ひします。

ほけんだよりでは、みなさんが健康に過ごすための情報や家庭へのお願ひなどをお知らせしていきます。お子さんと一緒に読んでください。

毎朝の健康観察をお願いします

新しい環境には慣れるまでが大変で気付かないうちに疲れがたまっているものです。朝、登校前にお子さんの様子(体調、顔色、食欲等)をご確認いただき、いつもと違う時には無理をせず休養をとるようにしてください。

健康観察のポイント

- 寝起きはどうでしたか？
- 顔色はよいですか？
- 痛いところはありませんか？
- 食欲はありますか？
- だるくありませんか？
- 便はでましたか？
- 熱はありませんか？



保健室はこんな場所です

ケガの手当てをしてくれる

体調が悪いときに休める

悩みを相談できる

体や心について聞ける

4つのこと



ケガをして保健室に来たときは…

- いつ
- どこで
- 何をしていた
- どうなった

を教えてください。

ケガの状態によって、どんな応急手当をするか、病院に行って治療したほうがいいのか判断します。ゆくりで大丈夫。きちんと自分の言葉で伝えてね。

学校医の先生を紹介します

内科	大野医院	大野大二	先生
歯科	沼口歯科医院	沼口隆二	先生
耳鼻科	ながこし耳鼻咽喉科クリニック	長西秀樹	先生
眼科	河田眼科医院	河田紀子	先生
薬剤師		多胡真理	先生

裏面もご覧ください→

健康診断がはじまります！

4月から6月にかけて、たくさんの健康診断の予定が入っています。健康診断は発育の様子や体調の様子を調べる大切な検査です。お子さんに“誰のためでもない、自分のための健康診断！”ということをお話ください。また、たくさんの提出物や準備をお願いすることになりますが、注意事項をよくお読みになり、期日厳守にご協力をお願いいたします。

↓提出物↓

- ①保健調査票
- ②結核検診問診票
- ③歯科検診問診票
- ④心臓検診調査票(1年生のみ)
- ⑤色覚検査申込書(4年生のみ)



【保健調査票】について

1年生と転入生は新規作成となります。「緊急連絡先」は必ず連絡が取れる所を！携帯電話だけではつながらないことがありますので「勤務先の名称や電話番号」の記入もお願いたします。2～6年生は「住所・連絡先」「予防接種歴・病歴等」に変更がありましたら訂正・加筆してください。「家庭でのようす」項目21～28は「四肢の検査」に関係します。裏面を参照の上、ご家庭でしっかりお子さんの様子をチェックして記入してください。

健康診断予定表

実施日	項目	対象学年	連絡事項
4月7日(金) 12日(水) 13日(木)	聴力検査	5・6年 3・4年・あさひ 1・2年	・前日に耳そうじをしましょう。
10日(月)	検診関係書類提出 保健調査票提出	ぜんがくねん 全学年	・もれなく記入していただき、期日までに提出をお願いします。
14日(金)	発育計測	ぜんがくねん 全学年	・体育着で行います。 ・計測のじゃまにならない髪型にしましょう。
20日(木) 21日(金) 24日(月)	視力検査	5・6年 3・4年 1・2年・あさひ	・メガネを使っている人は忘れずに持ってきてましょう。
24日(月)	腎臓(尿)検査	ぜんがくねん 全学年	・21日(金)に容器を配布します。 ・朝一番の尿をとりましょう。 ・容器にシールを貼り、9時までに提出をお願いします。
26日(水)	耳鼻科検診	ぜんがくねん 全学年	・前日に耳そうじをしましょう。 ・髪の毛が耳にかからないようにしておきましょう。

