



4月の保健だより

家の人と読みましょう

裾野市立東小学校保健室

令和3年4月23日

ぴかぴかの1年生を迎えて新学期がスタートしました。元気で明るい東小の子どもたちからパワーをもらっています。保健室から子どもたちの成長と健康を守るお手伝いをしていきます。養護教諭の竹田洋子です。よろしくお願いします。

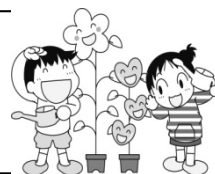


健康診断が始まっています



<定期健康診断の目的>

- ① 子どもたちの発育や健康の状態を把握し、病気の早期発見と治療をする。
- ② 子どもたちが自分の体や健康に関心を持ち、健康な生活についての意識を高める。



月 日	検査項目	対象学年	備考
4月30日～ 5月13日	聴力検査	全学年	小さな音が聞き取れるか検査します。
5月12日	耳鼻科検診	1,2,5年生 3,4,6年生の 対象者	耳掃除をしましょう。 受診が必要な場合は、なるべく水泳が始まる前に耳鼻科にかかりましょう。 3,4,6年生は昨年度、受診が必要だった子が対象です。
5月17日 ～24日	低視力者 再検査	視力B以下	再検査も裸眼視力B以下、メガネをかけてC以下だった場合は『視力検査のすすめ』を発行します。
5月19日	内科検診	3,6年生	6月7日…2,5年生といずみ1,2組 6月15日…1,4年生といずみ3,4,5組
5月25日	心臓病検診	1,4年生	受診票配布5月10日→提出17日まで
5月26日	眼科検診	全学年	受診が必要な場合は水泳が始まる前に眼科にかかりましょう。
5月31日	尿検査1次	全学年	予備日…6月1日、2次…6月10,11日
6月3日	モアレ検査	5年生	脊柱測わん症の検査です。背骨の写真を撮影します。

☆健康診断の項目により、詳しい内容や注意事項等はその都度おたよりを発行します。

☆健康診断の結果、病院を受診したほうがよいとされた場合は、家庭にお知らせの文書をお渡しします。

お世話になる学校医・薬剤師の先生方

内 科…杉山 茂樹先生（杉山医院）

歯 科…柏木 秀俊先生（カシワ木歯科医院）

眼 科…村松 知幸先生（むらまつ眼科医院）

耳鼻科…竹山 昌孝先生（なめり竹山耳鼻咽喉科クリニック）

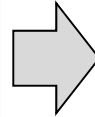
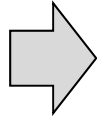
薬剤師…眞野 巧先生



視力検査の様子、再検査の子が多くなりそうです…。

これから、心と体の疲れが出やすい時期です。

4月前半は学校をお休みする子が少なく、みんなのやる気とがんばりが伝わってきます。そろそろ『疲れたなあ』と感じる頃です。ここを乗り越えて元気に過ごそう！



元気に過ごすためにはどうしたらいいの？

- ① すいみんをたっぷりって、脳と体を休めます。
- ② 学校がお休みの日も早め起きて、朝ごはんを食べます。
- ③ 旅行やお出かけができなくても、家の近くで体を動かそう。
★ゲームや動画を見る時間を家の人と決めて、守りましょう！
- ④ 家族で話をしよう！最近おもしろかったこと、友だち同士ではやっていることなど、楽しい話をすると元気が出ます。
- ⑤ 心配なことがあったら、家の人や先生に話をし、どうしたらいいか、一緒に考えよう。



保健室に来た時、自分のことばで教えてね。

どこが？



からだのどの部分のケガ・具合が悪い？

いつから？



ケガや具合が悪くなったのはいつから？

どんなふうに？



どんなふうに痛い・具合が悪いのかな？

どうして？



何をしているときにケガ・具合が悪くなった？