



はつしば学園小学校 保健室 2021.4.8 No.1

入学・進級、おめでとうございます。新しい学年では、どんなことをがんばりたいですか？目標を決めるのもいいですね。元氣な毎日を送るために、朝ごはんはとても大切です。しっかり食べて、脳と体にパワーをチャージしましょう。保健室は、みなさんが健康に過ごせるようにお手伝いします。一年間、どうぞよろしくお祈いします。

4・5月の保健目標

- 自分の体をよく知ろう
- 規則正しい生活をしよう



- 健康診断のスケジュール**
- 9日(金) 発育測定 2～6年
 - 10日(土) 身長・体重測定1年
 - 12日(月) 内科検診6年
 - 13日(火) 視力・聴力検査1年

- 19日(月) 内科検診4・5年
- 20日(火) 尿検査1次提出日全学年
- 21日(水) 内科検診 1～3年
- 22日(水) 尿検査1次(予備日)
- 心臓検診 1年生全員

※視力検査等の結果のお知らせは、眼科検診(5月13日)終了後にお渡しします。

体操服を忘れずに!

発育測定時には、体操服(Tシャツ・ハーフパンツ)を忘れられないように持ってくるようにしましょう。



また、メガネやコンタクトレンズをしている人は、必ず装着して検査ができるように準備をしておきましょう。

保護者の方へ

新学期は、新しい環境や緊張から体調を崩しやすいです。朝の登校前や帰宅後に、お子様の様子を『見て』『聞いて』『触って』みて、いつもと違った所がないかをこまめにみてください。お子様が安心して学校生活を送るための手立て(心のケア)にもつながります。

また、健康チェックカードに毎日の検温結果と体調について記入をし、担任に提出してください。

お子様の体のことで、気になることなどありましたら、いつでも保健室までご連絡ください。



かぜ症状や 37.5℃前後の発熱が認められる場合は、無理をせず休んでください。

保健室 って どんどころ?

- ケガの手当てをします
- 悩みがある人の話を聞きます
- 体調が悪いときも来てください
- 健康に関する質問に答えます
- 誰でも、いつでも来ていいところです
- 担任の先生に言ってから来てね

学校医の先生を紹介します

内科	うめやま けいじ 先生
歯科	おおしま しゅんいち 先生
耳鼻科	いいだ さとる 先生
眼科	さかぐち やすひさ 先生
薬剤師	まきの あきこ 先生

先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう!

げんき★クイズ

これなんだ?

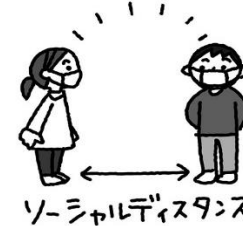
あいうお

ヒント みんなが〇〇〇で過ごせますように...

自分にできる感染症対策 **しっかり続けることが大事**



人と一緒のときはマスク
ひまつを飛ばさない



ソーシャルディスタンス

人ととの距離をとる
(人混みは避ける)



石けんで手洗い
(定期的こまめに)



栄養や睡眠をしっかり
体力をつける

大阪府の新型コロナウイルス感染症の感染者数が春休み中に再び増加してきました。引き続き、感染症対策をしっかりと続けるとともに、毎日の健康観察もていねいに行ってください。かぜ症状がある場合は、受診をして家庭で休養しましょう。