

ほけんだより



朝霞市立朝霞第九小学校保健室
平成29年4月10日発行 No.1

<4月の保健目標> 健康診断をしっかり受けましょう

新年度が始まりました。ご進級おめでとうございます！「今年こそは！」と勉強や運動に張り切るみなさんの姿をみかけますが、いろんな周りの環境が変わるこの時期は、思ったよりからだに負担がかかり、疲れがたまる場合も多いのです。疲れたかも…？と感じたら、無理せずゆっくり休養し、睡眠をたくさんとって、からだを休めてあげるようにしましょう。



* 4月の保健行事 *

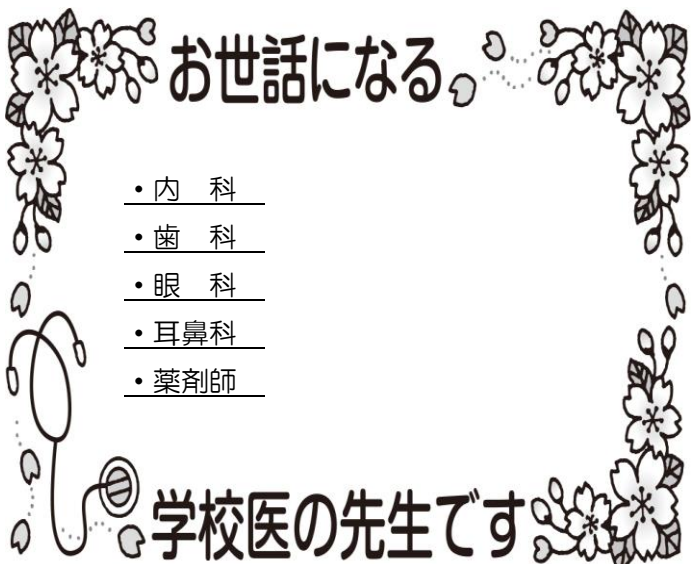
10(月)	緊急連絡カード・保健調査票配布2年～6年
11(火)	緊急連絡カード・保健調査票配布1年
12(水)	身体計測4・5・6年
13(木)	身体計測1・2・3年
14(金)	視力・聴力検査3年・5-1、身体計測欠席者、心臓検診調査票配布1年
17(月)	視力・聴力検査2年・5-2、緊急連絡カード・保健調査票提出(全)
18(火)	視力・聴力検査1年
19(水)	視力検査4年・6年
20(木)	視力・聴力検査欠席者
24(月)	結核に関する問診票配布



★趣味：ショッピング・旅行・洗濯
★好きなことば：努力は人を裏切らない
★好きな食べ物：マンゴーアイス
みんなが毎日楽しい学校生活が送れるように、保健室からも応援しています。気持ちをリセットしたい時には保健室へどうぞ～。
1年間よろしくお祈いします！

★健康診断の目的★

- ① 知る／発育・健康状態を知る
- ② 守る／早期発見で早期治療開始
- ③ 育てる／自分の健康を守り高める意識を育てる



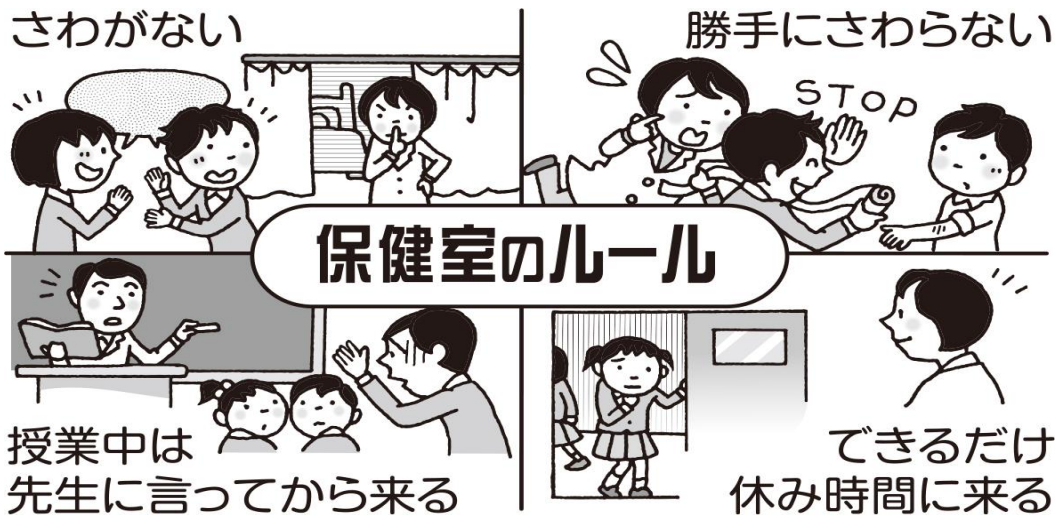
★おうちの方へのおねがい…★

4月は提出物の多い時期です。健康診断関連の書類をはじめ、保健調査票や緊急連絡カード等の提出を提出期限内によろしくお願いいたします。

※提出切…4月17日(月)

今年度、お世話になる学校医の先生方です。みなさんの心身の健康のため、さまざまな面からサポートをしてまいります。これから始まる健康診断でもみなさんの体を見てくださるので、検診の前にはきちんとあいさつをしましょう。

～みんなで確認しよう！保健室に来る時のルール～



- 保健室利用の約束**
- 必要な時に必要な人が利用できるように、目的やルールを守って保健室を利用してください。
- <目的>
- ケガをしたときの応急手当
 - 体の調子が悪い時の休養
 - 体や健康について学ぶ
 - 心配事や悩みを相談する
- <注意>
- 継続的な手当ではできません。家でしてください
 - 内服薬は出せません
- <ルール>
- 担任の先生や授業の先生に保健室に行くことを伝えてから
 - 外で転んで砂がつかれた場合は、水道できれいに洗ってから
 - 保健室では、〇年〇組なまえ、自分のからだの様子を教えてね
 - 備品等に勝手に触らない

朝の健康観察をお願いします。

いつもと違うことや、気になることがあれば、連絡帳に書いてください。

いつもと同じように目覚めましたか？ 顔色はいいですか？ 食欲はありますか？

元気はありますか？ 下痢はありませんか？ 痛いところはありませんか？

◆◆学校感染症について◆◆

医療機関で「学校感染症」と診断されたら、学校までお知らせください。その際は、出席停止扱いとなります。

学校感染症：インフルエンザ・百日咳・麻疹・流行性耳下腺炎・風しん・水痘・咽頭結膜熱・結核・髄膜炎菌性髄膜炎・腸管出血性大腸菌感染症・流行性角結膜炎など

※学校感染症にかかった場合は、「治療証明書」を渡しますので、医師に治療証明書を記入していただき、学校まで提出してください。

