

ほけんだより



26. 4. 7

太田市立葦川小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。

かわいい95名の1年生を迎え519人で、26年度がスタートしました。

新学期を迎えみなさんの気持ちの中には、「さあ、やるぞ!」という決意や希望がわいてきていることでしょう。みなさんがこの1年、元気に学校生活が送れるよう保健室より応援していきたいと思えます。どうぞよろしくお願ひいたします。

4月の保健目標: ^{じぶん}自分のからだを^し知ろう

定期健康診断について

健康診断が始まります。健康診断は学校保健安全法に基づき行われ、自分の体を知り、さらに健康に成長するために実施されます。日程表をよくみて、検査・検診のある日は、お休みしないようにしましょう。学校で行なわれる健康診断はスクリーニング（集団検診）で、病気や異常の疑いがないかを調べるものです。

健康診断の結果、治療や受診が必要な人には「受診のおすすめ」を出しますので、できるだけ早く受診してください。



項目	日(曜日)	時間	対象	留意点
身体計測	4/8(火)	1校時~	1年・5年	・半袖体操着、ハーフパンツを用意する。 ・髪の毛は上で結ばない。
	4/9(水)		2年・6年	
	4/10(木)		3年・4年	
視力検査	4/8(火)	1校時~	2年・6年	・メガネを使用している人は、メガネを忘れずに持ってくる。
	4/9(水)		3年・4年	
	4/10(木)		1年・5年	
蟯虫検査	4/12(土)		1・2・3年	・11日に検査用紙を配布します。 家で2日間とって14日(月)に忘れずに持ってくる。
	4/13(日)			
聴力検査	4/14(月)	1校時~	2年	・耳そうじをしてくる。
	4/15(火)		3年・5年	
	4/16(水)		1年	
歯科健診	4/17(木)	1校時~	全学年	・朝、歯をきれいにみがいてくる。
尿検査	4/22(火)	8:50までに提出	全学年	・起床直後の尿を採り、持ってくる。
眼科検診	4/24(木)	10:00~	全学年	メガネを使用している人は、メガネを忘れずに持ってくる

校医の先生方の紹介



☆内科	小島 先生	☆歯科	長島 先生
☆内科	澁澤 先生	☆歯科	島崎 先生
☆眼科	大川 先生	☆薬剤師	新井 先生
☆耳鼻科	福田 先生		

お世話になります。

どうぞよろしくお願いいたします！

お家の方へ

1 緊急時利用カード・保健調査票について

「緊急時利用カード」は学校で突発的にけがをした時など、緊急で医師の診察を受ける際に必要なものです。

保険証番号は間違いのないよう保護者の方が責任を持って記入してください。

「保健調査票」は健康診断の各種検診時に参考にする大切な資料です。現在のお子さんの健康状態を記入してください。記入もれのないようお願いいたします。

2 朝の健康観察について

新しい環境に慣れるまでは、子どもたちもなんとなく緊張し、疲れやすくなっています。ご家庭でもいつも以上にお子さんの様子に目を配っていただけますようお願いいたします。

健康観察のポイント

- ・寝起きはよかったですか。
- ・顔色はいいですか。
- ・発疹はありませんか。
- ・睡眠は十分に取れていますか。
- ・なんとなく元気がなかったり、口数が少なくなったりしていませんか。
- ・食欲はありますか。
- ・熱や頭痛、せきやのどの痛みはありませんか。
- ・下痢や便秘をしていませんか。



よい生活リズムをつくろう！



「早寝・早起き・朝ごはん・朝の排便」は、健康のための大切な習慣です。

朝早く起き、朝の光を浴びてしっかり朝ごはんを食べ、脳にからだに心にエネルギーを満タんにしましょう、そして、ゆっくりトイレに行き、元気に一日を過ごし、夜は早く寝るように心がけましょう。

