

# 4月 ほけんだより

令和3年4月9日（金）

亀山小学校 保健室

No.1 ~健康診断はじまるよ号~

入学・進級おめでとうございます！新しい年度がはじまりました。

学校ではさっそく健康診断が始まります。1年間健康に過ごすための、大切な行事です。きっちり健康診断を受けて、よいスタートを切りましょう。



## 令和3年度 健康診断スケジュール

項目	実施日	学年	もってくるもの・注意事項
身体計測	4月7～8日 (済)	1～6年生	欠席した人は、後日昼休みに保健室で計測します。
視力検査	4月16日 (金)	1年生	メガネやコンタクトレンズを使っている子はもってくる。
聴力検査	4月12日 (月) 4月13日 (火) 4月14日 (水)	1年・5年生 2年・3年生 脱漏者・再検査	前日には耳そうじをする。 髪の長い子は結んでくる。
尿1次検査	4月13日 (火) 4月20日 (火)	全学年	尿検査キットは12日 (月) に配ります。
色覚検査	4月20日 (火)		保健調査票よる該当者は、希望調査を行う。
内科検診	5月12日 (水)	1年生・2年生 3年生	体育服をもってくる。
結核検診	5月26日 (水)	4年生・5年生 6年生	
心臓検診	5月19日 (水)	1年生	体育服をもってくる。
歯科検診	5月27日 (木)	全学年	歯ブラシセットもってくる。

ほごしゃかた とうこうまえ けんこうかんさつ ねが  
**保護者の方へ 登校前の健康観察をお願いします。**

お子さんの体の様子を見てください。つぎのような症状が見られるときは、無理をしないでしばらく家で休み、病院へ行くなどしてください。



- 頭が痛い
- 体がだるい
- せきやくしゃみが出る
- 声が小さい
- 顔色が悪い
- 目が充血している
- 鼻水が出ている
- 元気がない
- おなかが痛い
- のどが痛い

**登校前の検温やマスクの着用をお願いします！**

こんなときに  
来てください！

ほけんしつ  
**保健室にようこそ**

保健室は、みなさんの心や体の健康について、一緒に考えるところでもあります。ルールを守って利用してください。

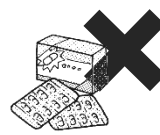
**けがをしたとき**

すり傷、ねんざ、打ぼく、鼻血などの手当てをします。けがをしたときの様子をはっきり教えてください。



★保健室に来るまでに自分でできる処置  
 ～すり傷：水できれいに洗い流す。

**体調が悪いとき**



頭が痛い、吐き気がする、気分が悪いときなどは、約1時間を目安に、一時的に保健室で休養することができま

こころからだ  
**心や体について知りたいとき**



身長や体重、視力などを知りたいときは、いろいろな設備があります。先生に断ってから使しましょう。それ以外にも、心や体についての本や資料がいろいろあります。

しんぱいごと  
**心配事や相談事があるとき**



困ったことや相談したいことがあるときは、一緒に考えます。いつでも気軽に相談してください。

～保護者の皆様へ～



今年度より、牧元先生の育休代替で着任しました、田原総美です。お子様の心と体の健康を守るためのお手伝いをさせていただきます。お子様の健康面等で、何か心配なことがありましたら、遠慮なくご相談ください。保健日よりでは、保健行事や健康に関する情報などをお伝えしていきたいと思ひます。

保健室は「応急処置」が基本で、本格的な治療は、「医療機関」を受診することになります。また病院ではないので、薬はだせません。

**健康診断でお世話になる校医さんです**

