

4月 ほけんだより

令和6年4月8日(月)

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！令和6年度が始まりました。

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6年度 健康診断スケジュール

項目	実施日	学年	持ってくるもの・注意事項
身体計測	4月9日(火)	1・2年生	<ul style="list-style-type: none"> 欠席した人は、後日昼休みに保健室で計測します。 メガネやコンタクトレンズを使っている人は持ってくる。
視力検査	4月10日(水)	3・5・6年生	
	4月11日(木)	4年生	
聴力検査	4月16日(火)	1・5年生	<ul style="list-style-type: none"> 前日には耳そうじをする。 髪の長い人は結んでくる。
	4月17日(水)	2・3年生	
	4月18日(木)	脱漏者・再検査	
尿1次検査	4月11日(木)	全学年	尿検査キットは10日(水)に配ります。
	4月18日(木)		
心臓検診	4月15日(月)	1年生	<ul style="list-style-type: none"> 体育服を持ってくる。
内科検診	5月8日(水)	1・2・3年生	<ul style="list-style-type: none"> 体育服を持ってくる。 5月8日の欠席者は、15日に受診する。
結核検診	5月15日(水)	4・5・6年生	
耳鼻科検診	5月16日(木)	全学年	<ul style="list-style-type: none"> 耳あかをとって、清潔にしておく。
歯科検診	5月23日(木)	全学年	<ul style="list-style-type: none"> 歯ブラシセットを持ってくる。
眼科検診	5月30日(木)	全学年	<ul style="list-style-type: none"> 前髪が長い人は切っておくか、ピンで留めてくる。

※ 問診票や尿検査等は、記入もれがないように注意し、提出日を忘れないようにしてください。

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。



- | | | |
|----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 頭が痛い | <input type="checkbox"/> 体がだるい | <input type="checkbox"/> せきやくしゃみが出る |
| <input type="checkbox"/> 声が小さい | <input type="checkbox"/> 顔色が悪い | <input type="checkbox"/> 目が充血している |
| <input type="checkbox"/> 鼻水が出ている | <input type="checkbox"/> 元気がない | <input type="checkbox"/> おなかが痛い |
| <input type="checkbox"/> 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は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時間を自覚に、一時的に保健室で休養することができます。

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。

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、牧元先生の育休代替で着任しました、桂木めぐみ（かつらぎめぐみ）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っております。

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出せません。

健康診断でお世話になる校医さんです

