

ほけんだより 4月

保護者のみなさま
東栄小
令和5年4月10日

■ スキンシップで安心感を！

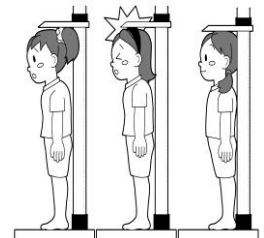
新学期が始まりました。4月は新しいことづくしで、期待と不安が入り混ざる季節です。できてあたりまえのことで「できたね。」「いいね。」と周りから認められると、安心したり、自信がわいたりしてきます。

大人も年度初めで忙しい毎日を送ってみえるかと思いますが、少し手をとめてお子さんの声に耳をかたむけたり時にはハグしたりして、安心感を築いていきましょう。

4月	保健行事
11日(火)	身体測定・運動器検診(5・6年)
12日(水)	身体測定・運動器検診(3・4年)
13日(木)	身体測定・運動器検診(1年)
17日(月)	身体測定・運動器検診(たんぽぽ・2年)
17日(月)	検尿容器配付(全学年)
18日(火)	検尿提出(全学年)
19日(水)	検尿提出(全学年)
25日(火)	検尿提出予備日(全学年)
26日(水)	心電図(1年・4年)

<お願い>

身体測定の日、頭の上や後ろで髪を結んだりピンでとめたりしている場合は、それらはずして身長を測ります。横で結ぶか、お子さんが自分ではずしたりとめたりできるような髪型で登校させてください。



■ 今年も続けよう！おうちでチェック！毎朝の健康観察

4月から、毎日検温カードを学校に提出しなくてもよくなりましたが、毎朝、おうちでのお子さんの体調を必ず確認するようにしてください。風邪症状があるなど、体調がよくない場合は無理をさせず、休養したり、病院を受診したりするなどしてください。

もし、気になるようなことがありましたら、些細なことでも学校へ知らせください。

ぐっすりねむれましたか？ 	朝ごはんをしっかり食べましたか？ 	体のだるさはありませんか？ 	頭痛や腹痛はありませんか？
熱っぽい感じはありませんか？ 	げりはしていませんか？ 	いつもと違うようすはありませんか？ 	

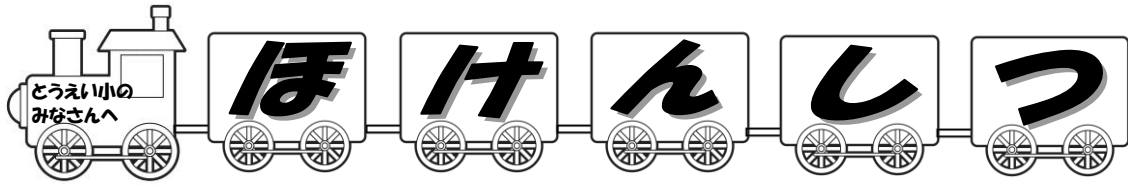
■ 健康診断などでお世話になる校医さん

内科	飯田 幸雄 先生	飯田クリニック
歯科	柴田 敬介 先生	しばた歯科・矯正歯科
眼科	馬嶋 紘策 先生	馬嶋眼科医院
耳鼻科	小出 明美 先生	こいで耳鼻咽喉科

保健室から・・・

■ よろしく願いいたします ■

養護教諭の大谷貴美子と申します。今年も、保健室から子ども達を支援していきたいと思えます。よろしく願いいたします。



4月 ほけんもくひょう

じぶん し
自分のからだを知ろう

4月^{がつ}から6月^{がつ}にかけて「しんたいそくてい」「にようけんさ（おしっこのけんさ）」など、けんこうしんだん^{おこな}を行います。どれも自分の^{じぶん}からだを知るためのだいじなけんさです。正^{ただ}しく受^うけるようにしましう。また、学校^{がっこう}に出^だす日^ひが決^きまっているものは、忘^{わす}れないようにしましう。

まもろう！ ほけんしつのルール

<ほけんしつに行く時>

- ① 先生^{せんせい}やクラス^{ひと}の人に、ほけんしつへ行くことをつたえる。
(だまって行くと、どこにいるのかわからなくなり、心配^{しんぱい}されます。)
- ② ころんで血^ちが出^でているときは、傷口^{きずぐち}を洗^{あら}ってからほけんしつへ行く。
カッターやはさみで切^きって血^ちが出^でているときは、ハンカチでおさえながら行^いく。

<ほけんしつに来たら>

- ① どこがいたいのか、どこが悪い^{わる}のかなど ようすをほけんの先生^{せんせい}に話^{はな}す。

●なんのためにきたか、はつきり教^{おし}えてください



<ほけんしつの中では>

- ① 休^{やす}んでいる人もいるので、しずかにする。
- ② ほけんしつ^{もの}の物^{つか}を使うときは、先生^{せんせい}に使^{つか}ってよいのか聞^きいてから使^{つか}う。
(かってに、れいぞうこをあけたり、ばんそうこう^{つか}を使^{つか}ったりしません。)
- ③ ほけんしつで休^{やす}んだあとは、おふとんととのえる。

<おねがい>

ほけんしつに先生^{せんせい}がいない時^{とき}もあります。そういう時^{とき}は、ほけんしつ^{なか}の中で先生^{せんせい}が来るまで待^まつのではなく、しょくいんしつに行^いって、しょくいんしつにいる先生^{せんせい}によ^{はな}うすを話^{はな}してください。

