

# すこやか4月号



令和6年4月発行  
松戸市立旭町小学校  
保健室

## 4月の保健目標 自分のからだを知ろう

入学・進級おめでとうございます。いよいよ新しい学年が始まりました。新しいお友達に新しい先生、新しい環境は少し緊張します。4月のスタートを元気に切れるように、早寝・早起き・朝ごはんでは生活リズムを整え、疲れをためないようにしましょう。

保健室は、みなさんの体と心の健康を守る場所です。学校生活を、安全に、安心して過ごせるようにサポートしていきます。このほけんだよりでは、健康に関する情報をたくさん発信していきます。ぜひおうちの人と一緒に読みましょう。1年間どうぞよろしくお願い致します。

### ようこそ

養護教諭の\_\_\_\_\_です。よろしくお願ひします。



けがの手当てを  
します



体や心のことを  
学べます



悩みや困っている  
ことを相談できます



### 保健室の約束

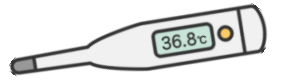
みんなの保健室です。約束を守って気持ちよく利用しましょう。

- 保健室には担任の先生の許可をもらってから来ましょう。
- 保健室に入るときは、ノックをしてから「学年・クラス・名前・どうして来たのか」を自分でお話ししましょう。付きそいの方は保健室の中には入りません。
- 保健室から借りたものはその日のうちに返しましょう。(洋服などは翌日以降でよいです。下着や靴下を借りた場合は、衛生上新品を返却してください。)
- 学校以外で起こったけがの手当てはできません。おうちで手当てをしてもらいましょう。
- 体調不良などにより保健室で休むときは、**1時間**までです。それでもよくなる場合は、おうちの人に迎えにきてもらいます。子どもだけで帰ることはできません。
- **保健室は病院ではありません。**何日もけがや病気が治らないときや、痛みがひかないときは、おうちの人に相談して病院でみてもらいましょう。

### (おうちの方へ)

学校で発生したけがで受診した場合は、学級担任や保健室までお知らせください。  
**スポーツ振興センター災害共済給付制度**を利用できる場合があります。ただし、こども医療費助成制度(こども受給券)との併用はできません。制度の内容と加入につきましては、改めて手紙を配付します。

# 朝の健康観察は大切です



毎朝登校する前に健康観察を行い、下の項目に当てはまる場合は、おうちの人と相談しましょう。無理をして登校すると、学校で具合が悪くなり、おうちの人にお迎えにきてもらわなければならない可能性があります。調子が悪いときは、早めに休むことも大切です。

熱はありませんか?	だるさはないですか?	食欲はありますか?	顔色はよいですか?
のどの痛みやせきはないですか?	鼻水・鼻づまりはありませんか?	腹痛や頭痛はありませんか?	排便はありましたか?

### 健康診断が始まります

4月	項目
8日(月)	発育測定 4・5・6年
9日(火)	発育測定 2・3年
8(月)～12(金)	視力検査期間 2～6年
11日(木)	聴力検査 5年
12日(金)	発育測定 1年
12(金)～17日(水)	視力検査期間 1年
15日(月)	聴力検査 3年
16日(火)	発育視力聴力 5・6組
17日(水)	視力再検査 4・5・6年
18日(木)	聴力検査 1年
19日(金)	聴力検査 2年
22日(月)	視力再検査 1・2・3年
25日(木)	尿検査 全学年
30日(火)	眼科健診 1・4年

※発育測定は体操服で行います。  
視力検査のときは眼鏡を持ってきてください。

健康診断などでお世話になります  
学校医・学校薬剤師の先生

内科		
眼科		
耳鼻科		
歯科		
薬剤師		

毎日、ハンカチ・ティッシュを忘れずに持ってきましょう。予備をランドセルに入れておくようおすすめします。  
また、発育測定の日は忘れずに体操服を持ってきましょう。

