

* にこにこ *

～ほけんだより～

令和7年4月8日

下伊場野小学校保健室

御進級、おめでとうございます。

この時期は、環境の変化により、体と心が疲れやすくなります。早寝・早起きや、バランスの良い食事、積極的な運動を意識して生活するよう、お子さんへのお声掛けをお願いいたします。

今年度も、どうぞよろしくお願いいたします。

* 健康診断が始まります *

日程と、実施上の注意点についての御確認をお願いいたします。

	日にち	項目	対象学年	時間	実施上の注意点
4月	9日(水)	身体計測 視力検査 聴力検査 運動器検診	全学年	10:10	- 上下運動着(半袖短パン)を着用します。 - 髪は下の方で結んでください。 - 眼鏡使用者は、眼鏡を持参してください。
	21日(月)	耳鼻科検診	全学年	9:00	耳掃除をお願いします。
5月	8日(木)	眼科検診	全学年	10:30	眼鏡使用者は、眼鏡を持参します。
	8日(木) 予備日 9日(金)	尿検査	全学年	8:30 まで回収	- 前日(7日)に容器とお便りを配布します。 - 検査の前日は、ジュース類を飲まないようお願いいたします。 - 朝一番の尿(中間尿)を取らせてください。
	20日(火)	歯科検診	全学年	10:00	しっかり歯磨きをさせてください。
	29日(木)	内科検診 結核検診 運動器検診 (対象者)	全学年	13:10	- 事前に結核検診問診票をお渡しするので、期日までの提出をお願いいたします。 - 上下運動着(半袖短パン)を着用します。
6月	19日(木) 予備日 20日(金)	尿二次検査	対象者	8:30 まで回収	該当者のみの実施です。
随時		色覚検査			- 色の見え方が気になる場合は、お気軽にお声掛けください。 - 簡易的な検査を行います。その後、受診をお勧めする場合があります。

* 健康診断の実施に御協力をお願いいたします *

定期健康診断は、子供たちが学校生活を送る上で問題が無いかどうかを調べるために必要な検査で、4月から6月下旬頃まで続く予定です。

各検査が終わりましたら、結果をお知らせします。検査や治療が必要な場合は、速やかに医療機関を受診し、その結果をお知らせください。

* お子さんの毎朝の健康チェックをお願いいたします *

観察のポイント

- ☐ 発熱、せき、嘔吐などの症状は無いかな
- ☐ 顔色は悪くないかな
- ☐ 食欲はあるかな
- ☐ 睡眠や排泄状態に問題は無いかな



お子さんの体調が悪いときは、無理させず休ませていただくようお願いいたします。

- ☐ ハンカチ・ティッシュを持っているか



子供たちが自分の体を清潔に保てるよう、御家庭でも御確認をお願いいたします。

* 保健室ではこのようなことができます *

- ① 応急手当・・・学校で起きたけがや、病気の応急処置を行います。
- ② 健康相談・・・体や心の悩みをお聞きます。
- ③ 健康情報の入手・・・様々な健康に関する情報を発信しています。
- ④ 身長・体重の計測・・・希望があれば、業間休みと昼休みに、身長・体重計を使用することができます。



子供たちが安全に学習や運動に励めるよう、サポートしていきます。よろしくお願いいたします。