



# ほけんだより



2022年(令和4年)4月

NO.1

福山市立熊野小学校  
保健室



16人の新1年生をおかえて、あたらしい学年が始まります。  
担任の先生、新しい教室、初めての教科、…まわりの環境が変わることで、ドキドキしている人もいます。でも、少しずつ慣れていってくださいね。そして、困ったことがあったら、友だちや先生、おうちの人、だれかに相談してください。みんなで、力になります!



## ていきけんこうしんだん 定期健康診断がはじまります!

【4月のよてい】自分の体のようすを知ったり、健康について考えたりするチャンスです。

8日(金)	聴力検査	全学年	●耳そうじをしておいてください。
11日(月)	身体測定	全学年	● <u>持っているもの</u> 体そう服 ●かみの毛をむすぶ人は、 <u>横でむすぶ</u> ようにしてください。
12日(火)	視力検査	なかよし学級 4~6年	●メガネを使用している人は、 <u>持って</u> きてください。
13日(水)		あおぞら学級 1~3年	
21日(木)	歯科検診	全学年	●朝、必ず <u>歯みがき</u> をしてきてください。
26日(火)	尿検査	全学年	●25日(月)に、容器を配布します。
27日(水)	// (予備日)	26日に、提出できなかった人	●朝、一番のおしっこをとります。
28日(木)	耳鼻科検診	全学年	●耳そうじをしておいてください。



## おうちの方へ 提出物をおねがいします

提出物の多い年度はじめてですが、ご協力をよろしくお願いいたします。

保健調査票 (ピンク色)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新たにかかった病気、けが、アレルギーや予防接種などがあれば、書き加えて下さい。</li> <li>・現在の体のようすについて、新しい学年の欄に、記入をしてください。</li> <li>・表紙の「保護者印」の欄に、押印をお願いします。</li> </ul>
結核健康診断問診票 (黄色)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「結核健康診断問診票提出のお願い」の記入方法をよく読んで、記入してください。</li> <li>・BCG接種歴が分からない場合は、<u>母子手帳等で確認して</u>、記入してください。</li> </ul>
運動器検診問診票 (黄緑色)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全ての項目に、「はい」か「いいえ」などで答えてください。</li> </ul>
日本スポーツ振興センター 同意書	<ul style="list-style-type: none"> <li>・左側の「組合員名」の欄は、児童名ではなく、保護者などの「被保険者名」を記入してください。</li> <li>・緊急連絡先は、<u>緊急の場合に、必ず連絡がつく電話番号を記入してください</u>。連絡する順に、①から記入してください。</li> <li>・薬のアレルギーの有無等、全てに記入してください。</li> <li>・押印をお願いします。</li> </ul>
心電図検査 調査票	<p>1年生のみ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・記入方法は、別紙おたよりをご覧ください。</li> </ul>

※「連絡袋(茶色の大きい封筒)」に入れて、  
全学年、11日(月)までに、提出をおねがいします。

## 学校医の先生を紹介します



内科	福田 健 先生	福田内科小児科
歯科	川端 英二 先生	かわばた歯科クリニック
眼科	栗田 秀範 先生	さくら眼科クリニック
耳鼻科	松岡 弘 先生	まつおか耳鼻科咽喉科医院
薬剤師	宮奥 智大 さん	

このおたよりのうら面に、感染症予防について、書いてあります。読んで、確認をしましょう。

しばらく強化します。(★印のところ)

(新2~6年生の人は、昨年度3月と同じようなイメージです)

## がっこう かんせんしょうよぼう 学校での感染症予防について

あさ 朝, おうちで

●登校前に、体温を測り、おうちの人と健康状態を確認しましょう。

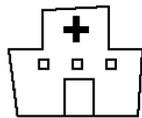
※**熱, かぜの症状がある場合は、お家で、体を休めます。**

(アレルギーによる症状や、ぜん息など、すでにお医者さんにみてもらって、登校してもよいと言われているものは、のぞきます)

かかりつけのお医者さんにみてもらい、次の日から学校に行っても

よいかどうか、相談してください。

●**お家を出る時から、マスクを正しくつけて、登校中も、マスクを外さないようにします。**



- ・できるだけ不織布マスクを使ってください。
- ・予備をランドセルの中に必ず入れておいてください。

がっこう 学校で ※毎日、『健康観察カード』を提出します。

(レベル2・3の時は、くつ箱の所で、提出して、教室へ上がります。

カードを忘れた人や、記入がないところがある人は、職員室へ行き、おうちの人に、確認をしてもらいます。)

●登校したら、くつ箱のところで、手指の消毒をします。

(アルコール消毒ができない人は、石けんで、ていねいに手をあらいます)

●手洗い…給食の前・後、外から教室に入る時、そうじの後、トイレの後、鼻をかんだ時など

●換気(空気の入れ替え)…教室の中のななめ2か所の窓を常に少し開けておいたり、1時間の授業が終わったら、すべての窓を開けたりなどします。

★大休けい・昼休の外遊び、図書室の利用…学級ごとにできるようにします。

外遊びの時も、マスクは、つけたままにします。

- 図書室・音楽室など、特別教室に出入りする時に、手指消毒をします。
- 図書・学級の本、みんなで使う学習の道具などをさわるときも、手指消毒をします。
- 洋式トイレを使った時は、ふたをしめてから、水を流します。
- 給食の時

- ・ランチョンマットをしきます。持ってくるのを忘れないようにしましょう。
- ・できるだけ素手で、食べ物をさわらないように食べる工夫をします。
- ・食べている時は、おしゃべりをひかえます。
- ・給食を食べ終わった後は、お茶を飲んで、口の中をきれいにします。  
(お茶を忘れてしまった時は、牛乳を最後に飲むようにしましょう)

●校舎の中(床)にある印を目安にして、人とのきよりを空けるようにしましょう。

●学校から帰る時、手指の消毒をしましょう。

おうちに帰ったら ●石けんで、ていねいに手をあらう、うがいもしましょう。

★友だちのおうちに行くのは、ひかえましょう。

## ていこう力(ウイルスとたたかう体の力)を高めるために

●適度な運動  
(外遊び)

●十分な  
すいみん  
(早ね)



●バランスのとれた食事  
(すききらいをしない)