



# すくすく



にゅう がく しん きゅう  
**入学・進級**  
おめでとうございます

きょう 今日からいよいよ新しい1年がスタートしますね。  
あたらしいことがたくさんある4月は、自分が思っているよりも  
からだ 体 がつかれやすくなっています。  
とも お友だちや先生、家族の方たちと一緒に新しい生活リズムに  
すこ 少 ずつ慣れていきましょう♪

## 保健室はこんなところです

できること



できないこと



### ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



### 体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、家に帰ってもらうこともあります。



### 話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



### 体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



### 薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてましょう。



### 治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。



## ほけんしつりよう 保健室利用のルール

① 先生や周りの人に伝えてからくる

② 静かにする

③ 保健室の物を勝手に触らない

④ 入る時と出る時はあいさつをする



今年度お世話になる学校医の先生です。



ない 内科	いしはら 内科胃腸科 石原内科胃腸科	いしはら けんじ せんせい 石原 健二 先生
がん 眼科	さくら がんか さくら眼科クリニック	くわだ ひでのり せんせい 栗田 秀範 先生
じびか 耳鼻科	じびいんこうかひがしてしるいいん 耳鼻咽喉科東手城医院	ひらき のぶあき せんせい 平木 信明 先生
しか 歯科	さとう しか さとう歯科クリニック	さとう れんぞう せんせい 佐藤 連造 先生
やくざいし 薬剤師	みゆう やっきやく みゆう薬局	いとう みなこ せんせい 伊藤 美奈子 先生

## 保護者の方へ 保健関係の提出物のお願い

- 保健調査票
  - 結核検診問診票
  - 運動器検診問診票(脊柱側弯を含む)
  - 日本スポーツ振興センター加入同意書 ★押印を忘れずに
- ※掛金460円(予定)は、4月の納金で集めます。

すべて **4月10日(水)** 締め切りです。よろしくお願いいたします。

# 健康診断が始まります

## 健康診断をするの？

- からだの病気や異常をはやく見つけるため
- 自分の健康のようすを知るため
- 健康な生活を送るために、普段の生活を見直すきっかけにするため

日付	健康診断の種類	どんなことをする健康診断なの？	気をつけること
4/10(水)	身体測定	身長と体重をはかり、どれくらい成長したか、バランスよく成長しているかを調べます。	髪型はポニーテールやおだんごなどは× 正しく測定できません。
4/11(木) 4/12(金)	視力検査	どれくらい見えているかを調べます。	メガネやコンタクトレンズを使っている人は、 検査の日に忘れないようにしましょう。
4/16(火) 13:30~	眼科検診	眼科医の先生に目や目のまわり(まぶたやまつげなど)の異常や病気などがいないかみてもらいます。	前髪が目にかからないようにしましょう。
4/17(水) 4/19(金)	聴力検査	耳がよく聞こえているか、難聴はないかを調べます。	髪の毛が耳にかからないようにしましょう。
4/25(木) 13:00~	内科検診	学校医の先生に、心臓や肺の音に異常はないか、栄養はとれているか、皮膚の病気はないか、貧血はないか、背骨や胸の骨に異常はないかをみてもらいます。	体着で検査します。 ブラトップなどは背骨が正しくみれないため、 タンクトップかブラを着用してください。
5/10(金)	心電図検査	心臓の筋肉がドキドキと動くと、かすかに電気がながれます。この電気の波を形に表して、心臓がうまく動いているかを調べます。	1年生のみ行なう検査です。痛いことや危険なこと はないので安心してくださいね。
5/14(火)	尿検査	腎臓の病気がないか、糖尿病はないかを調べます。	尿検査の前日に、おたよりと尿検査キットを 配布します。よく読んでください。
5/16(木) 9:30~	歯科検診	歯科医の先生に、歯と口の中が健康かどうか、検査してもらいます。おし歯がないか、歯並び・歯肉の状態・顎関節に異常はないか、歯垢は残っていないか、などをみてもらいます。	当日の朝は、必ず歯みがきをしてきてください。
5/28(火) 10:30~	耳鼻科検診	耳鼻科医の先生に、耳・鼻・のどの異常や病気がないかをみてもらいます。	鼻とのどは全員みてもらいます。 耳は希望者と聴力検査で聞こえにくかった人を みてもらいます。

◎「結核問診票」と「運動器問診票」をもとに  
内科検診でみてもらいますので、表に書かれて  
いる期限を守って出すようご協力お願いします。

◎健康の記録はすべての検診が終わり次第、  
7月上旬にお渡しします。おうちの人にみせ  
て「印」を押してもらってから、また学校に持っ  
てきましょう。

◆内科検診について

内科検診時は、男女別で個別の検査・診察スペースで行い、児童と同性の教職員が記録係として立ち会います。(養護教諭を除く)

検査・診察の場面において、正確な検査・診察のため、必要に応じて医師が、体操服や肌着等をめくって視触診したり、体操服や肌着等の下から聴診器を入れたりする場合があります。

- 健康診断で受診のおすすめをもらった人は
- ①おうちの人にみせましょう。
  - ②はやめに、検査や病院受診をしましょう。
  - ③検査や病院受診の結果は、学校へ提出してください。

※学校で行う健康診断は、病気や異常の疑いがあるものをふるい分けるものなので、検査や病院受診の結果が「異常なし」という場合もあります。