

# ★は あ と★ 4月号

2021. 4. 16  
原田小学校 保健室



6人のかわいい1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます！

2021年度は、49人でのスタートです。みなさんが元気に毎日を過ご

せるよう、保健室からせいっぱい、応援しますね。保健日よりでは、

からだや心についての情報を伝えていきます。おうちの方といっしょに読んでくださいね。

## 健康診断



4月～6月にかけて、様々な健康診断が続きます。これまでに体格測定や視力・聴力・眼科・耳鼻科・腎臓検診が終わりました。今後も心臓（1年生のみ）・内科・歯科健診と続きます。項目によっては、問診票や相談票を提出していただくものもあります。問診票は、健診を受ける際、医師が普段の様子やこれまでにかかった病気など、診断の参考にするものですので、記入漏れ等のないよう、期限までに提出してください。よろしくお願ひします。

結果につきましては、異常があった場合、個別にお知らせしますので、早めに専門医の受診をお願いします。



## 続けてがんばろう



感染症対策

“新型コロナウイルス感染症”についてのコーナーを書き始めて、1年以上になります。いつまで？と思いながらもニュースでは変異株の流行を伝える毎日、せっかくのゴールデンウィークも楽しみが・・・と心配ですね。

原田小学校では、これまでと変わらず

- 健康チェックカードの提出
- 手洗い・マスク着用（マスクは予備を持たせてください）
- 規則正しい生活習慣の定着（睡眠・食事・休養・9時オフ等）

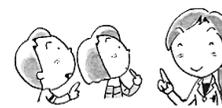


をお願いします。発熱等のかぜ症状等がある場合は、無理せず休ませてください。感染症予防対策として、出席停止扱いになります。

年度初めで、新しい環境で過ごしている子どもたちです。子どもたち自身が感じているよりも疲れていることと思います。家庭での様子をよく観察していただき、早めにゆっくり休める工夫をお願いします。普段と違うな！と思われることがある場合は、遠慮なく、健康チェックカードに記入してください。

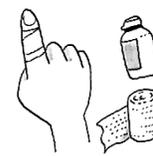
特に朝食については、1日を元気に過ごす源です。朝食抜きだと、学習に集中できなかったり、判断力が鈍ってけがをしたり、感情のコントロールができにくかったり、踏ん張る力も出にくくなります。おにぎりでもパンでも何でもいいので、食べさせて登校させてください。それが大切なお子さんの健やかな成長に直結します。よろしくお願ひします。

## 保健室ってどんなところかな？



### ケガの手当てをします

「いつ」「どこで」「どんなふうに」ケガをしたのか、教えてくださいね。



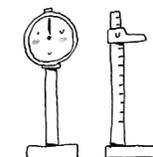
### 具合が悪くなったら休めます

休養したら教室に帰れそうなときは、ベッドで休みましょう。



### からだの成長や状態を知ることができます

身長計や体重計も使えます。先生にひとこと言ってから、使ってくださいね。



### からだについて学べます

本もあるので、知りたいことがあったら読んでください。



### 先生が話を聞きます

からだの“気になること”があったら、話に来てください。悩みや相談があるときも、話を聞きますよ。



## 朝の健康観察をお願いします

お子様の元気な学校生活を支えるのは、健康診断だけでなく、ご家庭での毎日の健康観察です。朝の健康観察は、このような点に注意してあげてください。

<input checked="" type="checkbox"/> <b>表情</b>  明るいですか？ 沈んでいませんか？	<input checked="" type="checkbox"/> <b>顔色</b>  熱っぽくないですか？ 青白くないですか？
<input checked="" type="checkbox"/> <b>声</b>  元気はありますか？	<input checked="" type="checkbox"/> <b>食事</b>  朝ごはんはちゃんと食べましたか？

調子が悪いかな？と思ったら、声をかけて話を聞いてあげてください。

## 保健室でもこれはできません

- 病院とはちがうので、のみぐすりはあげられません。
- しつぱやばんそうこうの取りかえなどは、おうちでしてくださいね。
- 保健室にあるものを、かってに使ったり、持ちだしたりしないでね。

## 1年間お世話になる校医の先生の紹介

- 内科・・・宮路クリニック（宮路紀昭先生）
- 歯科・・・さめしま歯科（鮫島善信先生）
- 眼科・・・しづし眼科（松清貴幸先生）
- 耳鼻科・・・はまさき耳鼻科（濱崎喜與志先生）
- 薬剤師・・・フタヤ薬局（田崎 恵先生）

保護者の方で相談がある場合は、遠慮なくご連絡ください。一緒に考えましょう！



1日のスタートはあいさつから



あいうえお!

- あ さスッキリおきられた
- い たいところはない
- う んちがでた
- え がおいっぱい
- お いしくあさごはんをたべた

