

# すこやか

## 健康診断が始まります!

### 進級おめでとうございます

春の花々が咲きそろい、21名の新一年生を迎えて、「いちよっ子たち144名」でスタートします。

子どもたちにとって、素敵な出会いと体験活動などをおして、「心も体も、すこやかに成長」していく願いを込めて、ほけんだよりをお届けいたします。

ご家庭での話題にさせていただけたら、幸いです

### 4月の保健目標



### 服装や髪形に気をつける



身長を測るときは、頭の上の髪を整えよう

### 体のことで友だちをからかわない



のそいたり、しつこく聞いたりしない

### 待っている間はおしゃべりしない



先生の声や小さな体の音が聞き取れなくなり  
ます

### 提出物を忘れない



尿検査、調査票、結果がわかった後の再提出も忘れずに

健康診断は、自分の体と向き合い、健康について考える大切な時間です。健康診断のルールを守って、正しく受けるようにしましょう。

### 身体測定

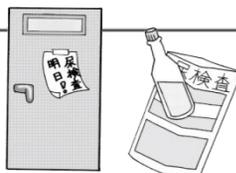
- ・服装忘れに注意。
- ・計測器は静かに乗る。
- ・髪は下か横に結ぶ。



- ・4/11(木) …4年から6年
- ・4/12(金) …1年から3年

### 尿検査

- ・容器を持ち帰る。
- ・朝起きて最初の尿をとる。
- ・提出日を忘れない。



4/10(水) …起床時の尿を容器に入れて提出する。説明は尿コップ紙に記載されています。業者委託のため、朝9時回収です。

### 視力検査・眼科検診

- ・前日は目を疲れさせない。
- ・髪の毛が目に入らないように。
- ・めがねを持っている人は忘れずに。
- ・検査では目を細めない。

- ・視力検査…4/18, 19
- ・眼科検診…5/16 鈴木リリ子医師

### 聴力検査・耳鼻科検診

- ・耳そうじ、鼻をかんでおく。
- ・口の中もきれいに。
- ・耳が出る髪形で。
- ・検査中は静かに。



・聴力検査 1年、2年、3年、5年  
・耳鼻科検診 4/25… 2年、5年  
あいはら耳鼻科の相原 均医師

### 歯科検診

- ・歯みがきをしておく。
- ・口を大きく開ける。
- ・校医の先生の話を聞く。



5/9(木) …全校児童  
八木 歯科クリニックの山下千穂 医師

### 内科検診・心電図検査

- ・前日はお風呂に入り体を清潔に。
- ・髪形に注意。
- ・検査中は静かに。
- ・深呼吸してリラックス。

内科検診 5/13(月) …全校児童  
石井医院の石井紀行医師  
心電図検査 5/15(水) …1年

### 保健調査票は健康診断の問診票になっています(結核健康診断・運動器検診・眼科、耳鼻科検診の該当学年へ記入)

「運動器検診」とは、「スポーツ外傷・障害」や「体力の低下」などによる手足の骨や関節、筋肉などの障害・異常を早期に発見し、重症化する前に早めに専門医に診てもらおうというものです。実際は家庭での保健調査や動きの確認を学校で行い、学校医の先生に検診をしてもらいます。

#### ① 側わん症 … ② 保健調査に示された部位や症状

③ 肘を十分に伸ばせない、押さえると痛い



④ 両足を床面につけたまましゃがめない



⑤ 体を後ろに反らすと腰が痛い



⑥ その他

両肩を完全に上にあげることができないなど



裏面へ続く

けがをしたとき



ぐあいわる  
具合が悪いとき



おうきゅうしょち  
応急処置

ちりょう  
\*治療はできません。  
ほけんしつ  
保健室で行うことが  
できるのは、  
おうきゅうて  
応急手当のみです。

びょういんじゅしん  
病院受診を  
ひつよう  
必要とする場合

かてい  
家庭に連絡させてい  
ただきます。  
ばあい  
場合によっては学校か  
ら直接病院へ連れて  
行くこともあります。

きゅうよう  
休養してよくなると  
おも  
思われる場合

かんさつ  
観察し、ひつよう  
必要である  
ばあい  
場合は休養させます。

いちじてき  
一時的な休養で  
よ  
よくならない場合

きゅうよう  
休養するのは1時間程  
どとし、  
かいぜん  
改善しない場  
あひ  
合は早退し、家庭での  
きゅうよう  
休養や医療機関の受診  
を  
ねが  
をお願いしています。



よくじつ  
翌日からは、  
かていで  
家庭で手  
あ  
当てをお願いします。

さいがいきょうさいきゅうふせいど  
災害共済給付制度について

がっこう  
学校の管理下（お子様が通学路を歩いて登校して  
いる時から、  
つうがくろ  
通学路を  
とお  
通って  
きたく  
帰宅するまでの間）でけ  
がをして医療機関（保険証が使えるところに限る）にか  
かかった場合に医療費の一部が給付される制度です。

くすり  
薬について

ほけんしつ  
保健室は病院ではないので、  
びょういん  
副作用のショックや  
ふくさよう  
副作用の  
じんましん  
じんましの恐れもあるため、  
おそ  
内服薬（飲み薬）を  
ないふくやく  
内服薬（飲み薬）を  
あた  
与えることはできません。

あさ  
朝、  
ねつ  
熱（  
いじょうたか  
平熱より1℃以上高い）  
があつたり、  
たいちよう  
体調が悪かつたりした場合は、  
ばあい  
無理に登校させず、  
むり  
家庭で  
とうこう  
安静にしながら様子を見るようにしてください。

