

すこやか 保健だより No.1



令和5年4月10日
上尾市立上平北小学校
保健室

～入学・進級おめでとうございます～

いよいよ新学期がスタートしました。これから1年間、みなさんが元気に過ごせるよう、この「保健だより」でいろいろなことをお伝えしていきます。どうぞよろしくお祈りします。

健康診断 **こんなことを調べます**

身体測定
身長、体重
去年と比べてどれくらい大きくなったかな？
太りすぎや痩せすぎではないかな？

眼科検診、視力検査
見えづらくなっていないかな？
目の病気はないかな？

耳鼻科検診、聴力検査
聞こえづらくなっていないかな？
病気の疑いはないかな？

歯科健診
歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？
むし歯や歯肉炎などはないかな？

内科健診
からだの中の病気はないかな？
内科健診では、ほかに目やのどの様子、皮膚の病気がないか、栄養状態なども診ています

検尿
おしっこに病気のサインが隠れていないかな？
朝いちばんのおしっこをとってください！

運動器検診
動きの悪いところや痛みはないかな？
背骨や肩のゆがみはないかな？

朝にチェック!
元気のあひうえあ

あ さ、スッキリ起きられた？

い たいところはないかな？

う んちは出た？

え がおバッチリ？

お いしくごはんを食べられた？

健康ってなんだろう？

体の健康

病気やけがなく
過ごせること。

心の健康

いきいき自分らしく
過ごせること。

生活の健康

友達や家族といい関係で
過ごせること。

保健室はみなさんが健康で過ごせるようにお手伝いする
ところです。けがの手当てだけでなく、困っていることがある
時にもどうぞ来てください。

◇本校の学校医の紹介◇

内科 浅野 泰弘 先生
歯科 榎本 富男 先生
眼科 横塚 健一 先生
耳鼻科 中島 正己 先生



☆学校での応急手当について☆

すり傷の手当は、水道水で洗うのが一番です！



最近では傷を乾燥させずに、密閉状態にして治す手当が増えてきました（湿潤療法または閉鎖療法と呼ばれています）。この方法は、傷が早くきれいに治るといわれています。そしてその際、消毒薬は使用しない方がよいとされています。

そのため、**本校でも原則、消毒薬は使用していません**。すり傷の手当などは、水道水でできるだけきれいに汚れを落とした後にばんそうこうなどを貼ってから下校させます。

お子様の帰宅後、御家庭で従来通りの消毒と乾燥で処置するか、湿潤療法で処置するかを御判断ください。御心配な場合は病院での受診をお勧めします。