

保健だより4月



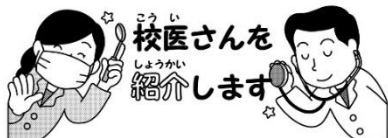
令和7年4月8日 原市南小学校保健室

～おうちの人と一緒に読みましょう～

ご入学・ご進級おめでとうございます

原市南小学校の令和7年度がスタートしました。保健室ではみなさんの心も体も元気に過ごせるよう、サポートしていきます。何か心配なことや相談がある時は、気軽に保健室のドアをノックしてください。

これから1年間お届けする“ほけんだより”で保健行事のお知らせや、健康に関する情報を発信していきます。ぜひ、お子さんと一緒にお読みいただけたらと思います。



お世話になる学校医の先生方です。

子供たちの心身の健康のため、様々な面からサポートをしてくださいます。

内科 升水 康二先生<上平ファミリークリニック>・樋口 陽子先生<清水内科医院>
眼科 雄鹿 大地先生<おが・おおぐし眼科> 耳鼻科 中島 正己先生<上尾かみクリニック>
歯科 町田 健先生<マチダデンタルオフィス> 薬剤師 安田 武子先生<さんくす薬局原市店>

月	火	水	木	金
7	8	9	10	11
4月			発育測定2・3年	発育測定5・6年 視力検査4年
14	15	16	17	18
発育測定1・4年 のびやか 視力検査6年	視力・聴力検査 2年・のびやか	心臓検診1年	視力・聴力検査 5年	眼科健診 (全学年)
21	22	23	24	25
視力・聴力検査 1年	視力・聴力検査 3年	尿検査容器配付日	尿検査	尿検査(予備日)
28	29	30		
		心臓検診予備日 1年(前回欠席者)		



健康診断の日程表です。自分がいつ、どんな検査をするのか、チェックしておきましょう。また、身支度を整え、必要な持ち物を忘れないようにしましょう。

☆例えば…発育測定では体育着、視力検査ではメガネをかけている人は、メガネを持ってきます。

今月は健康診断関係の調査票など、すぐに使用するものがたくさんあります。学年だよりに書かれている提出期限を守って、早めの提出をお願いします。



原市南小学校の養護教諭を務めさせていただきます、川村千尋(かわむらちひろ)です。よろしくお願いいたします。

4月8日に配付するもの(1年生)

- 健康調査票(歯科) ○運動器検診調査票 ○耳鼻科検診調査票
- 学校心臓検診調査票 ※提出締切日は14日です。

4月11日に配付するもの(2～6年生)

- 耳鼻科検診調査票
- ※提出締切日は16日です。運動器検診調査票、健康調査票(歯科)、緊急連絡票・保健調査票は9日提出です。

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。



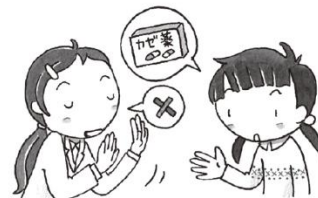
体や心について学ぶ

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してもらってくださいね。



給食後の歯みがきとフッ化物洗口について

今年度も給食後の歯みがきを実施します。コップの他、歯ブラシのご準備もお願いいたします。また、昨年度に引き続き、フッ化物洗口も実施いたします。6月から実施する予定でありますので、ご承知おきください。（フッ化物洗口の申込書は、5月に配付いたします。）



保健室での応急手当について

すりきず

○消毒液は使わず、水で洗います。
○乾燥しないよう、ワセリン（皮脂と同じ成分）をつけたバンソウコウで保護します。

帰宅の頃には、ワセリンも乾きますので、湿潤療法／従来の方法等、ご家庭の方針でご対応ください。

捻挫・打撲

・Rest（安静）
・Ice（冷却）
・Compression（圧迫）
・Elevation（挙上）
を基本とした対応を行っていきます。

