

ほけんだより 4月

2024年4月9日
町田市立町田第一小学校
保健室
※おうちの方と読みましょう

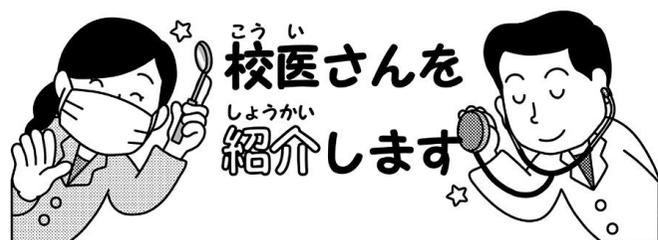
1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2～6年生のみなさん、ご進級おめでとうございます。保健室では、みなさんの学校生活が楽しいものになるように、体と心をサポートしていきます。また、健康に関する情報や、保健室の様子を『ほけんだより』にのせて発信していきます。よろしく願いいたします。新学期は環境も変わり、心も体も疲れやすくなります。体調をくずさないよう規則正しい生活を心がけましょう。

保健室はこんなところです

- ・学校でけがをした時、応急手当をするところ。(学校でしたけがを1回だけ手当します。おうちでしたけがはおうちで手当をしてください。)
- ・学校で体調が悪くなったとき、しばらくの間、お休みするところ。(1時間まで)
- ・健康診断・身体測定・健康相談をするところ。
- ・健康について学ぶところ。
- ・心や体の悩みを相談するところ。
- ・健康に関する資料を保管するところ。

保健室へ行くときは…

- ・担任の先生にことわってから来てください。
- ・保健室で「いつから」「どこが」「どんなぐあい」をお話ししてください。
- ・おうちへ帰ったら、おうちの人に保健室へ行ったことをお話ししてください。



内科医	澤田 卓人先生	原町田 さわだ内科・泌尿器科	原町田6-29-3 新原町田クリニックビル102
耳鼻科医	稲垣 康治先生	稲垣耳鼻咽喉科医院	原町田6-22-15
眼科医	小成 賢二先生	こなり眼科	中町1-17-3三ノ輪ビル2F
歯科医	今村 健先生	今村歯科医院	森野1-37-8 2F
薬剤師	安岡 史紀先生	薬樹薬局忠生	忠生2-29-1
精神科医	河本 泰信先生	よしの病院	図師町2252

◆◇ 4月の保健的行事 ◇◆

月 日	曜日	保健的行事	
4月9日	火	保健関係書類封筒 配布	
		身体計測(4・5・6年生、ひまわり1)	体育着を忘れずに持ってきましょう
4月10日	水	身体計測(1・2・3年生、ひまわり2)	体育着を忘れずに持ってきましょう
4月11日	木	聴力検査(ひまわり)	
4月12日	金	聴力検査(1年生)	
		保健関係書類封筒 提出締め切り	
4月15日	月	聴力検査(2年生)	
4月16日	火	聴力検査(3年生)	
		尿検査容器 配布	
4月17日	水	尿検査	朝起きてすぐの尿をとりましょう
4月18日	木	聴力検査(5年生)	
4月19日	金	視力検査(1年生)	メガネを忘れずに持ってきましょう
4月22日	月	内科健診(2年生)	体育着を忘れずに持ってきましょう
4月23日	火	内科健診(3・4年生)	体育着を忘れずに持ってきましょう
4月24日	水	視力検査(3年生)	メガネを忘れずに持ってきましょう
4月25日	木	耳鼻科健診(6年生、ひまわり)	※ひまわりは、2年生以上
4月26日	金	視力検査(2年生)	メガネを忘れずに持ってきましょう
4月30日	火	視力検査(4年生)	メガネを忘れずに持ってきましょう



4月の保健目標 自分のからだを知りましょう

健康診断は、

- ① 体の発育を調べる。
- ② 病気や異常がないか検査をする。
- ③ 自分にとって、よい健康状態をつくる。ために行います。

健康診断は、自分の体に向き合い、健康について考える貴重な時間です。世界にたった一つの、自分の大切な体のための時間なのです。健康診断では、集団健診(スクリーニング検査)です。自分では気付かない病気が見つかることもあります。ただし、健康診断にできるのは「見つける」まで。健康診断の結果、病気や異常の疑いがあった場合は、その都度「結果のお知らせ」でお知らせしますので、早めに医療機関で受診してください。また、受診が済みましたら「結果のお知らせ」を学校へ提出してください。7月に健康診断の結果を記入した「けんこうカード」を配布します。「けんこうカード」は小学校6年間の記録となりますので大切にしてください。

※ うらもあります。

◆◇保護者の皆様へ◆◇

【保健関係書類の提出について】

9日から始まる定期健康診断で必要となる書類を配布いたします。お子さんの普段の健康状態について一緒に話し合いながらご記入ください。記入もれのないようによろしく願いいたします。

今年度より、書類を茶色の封筒に入れて配布いたします。ご記入後、配布の際に使用した封筒に入れて、**12日(金)まで**にご提出ください。

※問診票やアンケートには、封筒に書いてある出席番号を記入してください。

《提出書類》 ※記入上の注意事項は、封筒に記載しています。

- ①健康調査票 ②結核検診問診票 ③耳鼻いんこう科健康診断用アンケート
④運動器検診アンケート ⑤心臓検診調査票(1年生) ※他学年該当者は後日配布します。

【登校前の健康観察について】

毎朝、登校前にお子さんの健康観察をお願いいたします。いつもとちがった様子がみられる場合は、登校を控え、ご自宅で様子を見ていただきますようお願いいたします。

【登校許可証について】

児童・生徒が以下の感染症にかかった場合には、学校長の判断により、出席停止となります。登校を再開するには、登校許可証の提出が必要です。

①特定の11疾病

- | | |
|--------------------|--------------|
| 1. 百日咳 | 7. 結核 |
| 2. 麻疹(はしか) | 8. 髄膜炎菌性髄膜炎 |
| 3. 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) | 9. 流行性角結膜炎 |
| 4. 風疹(三日ばしか) | 10. 急性出血性結膜炎 |
| 5. 水痘(水ぼうそう) | 11. 溶連菌感染症 |
| 6. 咽頭結膜熱(プール熱) | |

「登校許可証」用紙は学校にあります。この際、登校許可証を使って公費負担になるのは、町田市医師会に加入している医療機関です。医師会非加入の場合や市外の医療機関については、取り扱わない場合や保護者負担が発生する場合がありますのでご注意ください。

②特定の11疾病以外(感染性胃腸炎、手足口病など)

「感染症罹患・登校届」を提出していただきます。本校ホームページからもダウンロードが可能です。

③インフルエンザ

「インフルエンザ罹患・登校届」を提出していただきます。本校ホームページからもダウンロードが可能です。

④新型コロナウイルス感染症関連

「新型コロナウイルス感染症関連による登校届」を提出していただきます。本校ホームページからもダウンロードが可能です。



<ご挨拶> 1年間よろしく願いいたします。

今年度も保健室は養護教諭2人体制となります。町一小的の皆さんが、健康で安全に小学校生活を送ることができるように、保健室から精一杯サポートしていきます。よろしく願いいたします。

登校前の健康チェック

よくねむれましたか？

朝ご飯を食べましたか？

歯をみがきましたか？

顔を洗いましたか？

熱はないですか？

せきや鼻水は出ていないですか？

痛いところはないですか？

◎気になることがあったら、おうちの人や先生に相談しましょう

生活リズムは元気の基本

新学期が始まる4月は、生活を見直すチャンスです。生活リズムを整えて、毎日元気に過ごしましょう。

ポイント1
早起き早ねをしましょう

ぐっすりねむることは、心身のつかれをいやし、脳や体の成長をうながします。

ポイント2
朝ご飯を食べましょう

朝ご飯を食べることで、脳や体のスイッチが入り、朝から思い切り活動できます。

ポイント3
朝うんちをしましょう

朝ご飯のあとにはうんちを出して、すっきりとした気持ちで過ごしましょう。

と申します。町一小的のみなさんが、大人になってからも健康な心と体でいられるように、一緒に考えたり、悩んだりして、みなさんの「今」を、精一杯応援していきます。どうぞよろしく願いいたします。

と申します。町一小的のみなさんが心身ともに健康に学校生活を送れるよう精一杯努めてまいります。見かけたときは、いつでも声をかけてください。今年度もどうぞよろしく願いいたします。