

ほけんだより



町田市立ゆくのき学園大戸小学校
NO1 2025. 4. 8 保健室

入学、進級おめでとうございます。新しい1年がスタートしました。「はやね・はやおき・朝ごはん」をこころがけ、すいみんと榮ようをしっかりとりましょう。みなさんがけんこうにすごせるように、ほけんしつからサポートしていきたいと思ひます。また、ほけんだよりを通して、けんこうについて伝えていきます。1年間よろしくおねがひします！



けんこうしんだんが はじまります



けんこうしんだんの目的は、おもに3つあります。「からだの成長をみる」・「病気を早い時期に発見する」そして「自分のからだのようすを知り、けんこうな生活につなげる」です。こころや体のけんこうは、みなさんが生活し成長していく中でとても大切です。

【耳鼻科けんしん】

耳や鼻、のどの病気がないかみます。

【聴力けんさ】

聞こえ方を調べます。

【歯科けんしん】

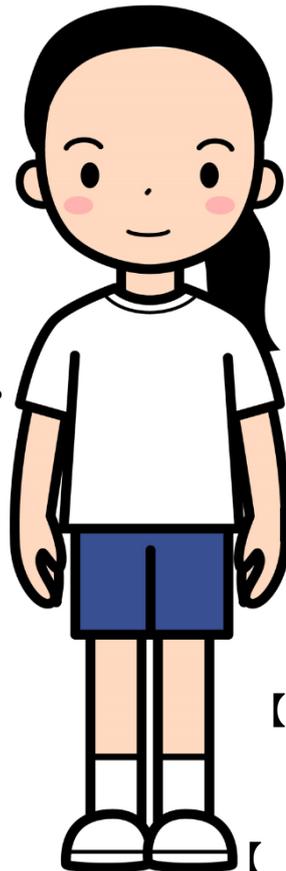
むし歯や歯周病はないかみます。

【内科けんしん】

心ぞうやはい、ひふの病気がないかみます。

【身体測定】

身長・体重をはかります。



【視力けんさ】

左右の目の見え方を調べます。

【眼科けんしん】

目の病気がないかみます。

【結かくけんしん】

結かくという病気にかかっていないか問しんひようをもとにみます。

【心ぞうけんしん(1年生)】

心ぞうの病気がないか、機械をつけて調べます。

【じんぞうけんさ】

じんぞうの病気はないか、にようをとって調べます

【運動器けんしん】

ほねやきんにくなどの病気がないかみます。

◎もちものチェック&じゅんぴ

- ・体いく着、めがね、にようなどのもちものをわすれないうにしましょう。
- ・じびかけんしんの前日は耳そうじをしましょう。
- ・歯かけんしん当日の朝は歯みがきをしてきましょう。



自分で健康を作る力をつけよう

「体調不良のときは保健室で休めばいいや」そう思っている人はちょっと待って。
体調不良は体からの声。この機会に考えてみましょう。

原因は何だろう？

昨日はよく眠れましたか？
メディアの使用時間はどうでしたか？
心配ごとや悩みごとはありますか？



自分でできる対応は？

薬を飲む、温めるなど、体調に応じてできることを考えてみましょう。
保健室でもアドバイスします。



次にならないためには？

原因を踏まえて生活を見直し、根本的な解決を目指しましょう。
なんだか調子が悪いな、というときこそ自分の体や心と向き合う良いきっかけ。自分の健康を守れるのは自分だけです。

がっこうい せんせいがた 学校医の先生方



- * 内科 * 渡邊 智子先生 (キッズクリニック 智) 相原町 1652-1 TEL 700-6315
- * 耳鼻科 * 橋本 晋一郎先生 (野津田耳鼻咽喉科アレルギー科) 野津田町 739 TEL 708-1133
- * 眼科 * 山森 修先生 (山森眼科) 木曾西 3-20-6 TEL 794-0003
- * 歯科 * 宮野 尚久先生 (チャイルド歯科医院) 原町田 6-21-28 仁泉堂ビル 2F TEL 726-2308
- * 薬剤師 * 大塚 玲子 (つばさ薬局町田店) 根岸町 1010-3 TEL 798-7301

～保護者のみなさまへ～



●感染症にかかった時には、体調の回復と感染拡大防止のために、登校を控え自宅療養してください。その間は「出席停止」となり、欠席とは別の扱いとなります。医師の許可をいただいてから登校再開となり、登校許可証が必要となります。

登校許可証は2種類あり、病気により用紙が異なります。

①医療機関で記入してもらう複写式の用紙

百日咳・麻疹・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)・風疹・水痘・咽頭結膜熱・結核
髄膜炎菌性髄膜炎・流行性角結膜炎・急性出血性結膜炎・溶連菌感染症

②保護者が記入する用紙(本校HPからダウンロード可)

インフルエンザ・感染性胃腸炎・①以外の感染症等

→用紙は保健室にあります。必要時には御連絡ください。

●学校の管理下でのけがで病院を受診した場合、医療費等の給付が受けられる制度に全員が加入しています。申請される際は、保健室まで御連絡ください。