



令和3年度
館林市立第一小学校 保健だより No.1

ご入学、ご進級おめでとうございます。
昨年度から引き続きコロナ禍の中でのスタートとなりましたが、感染防止対策をしながら、笑顔あふれる楽しい学校生活を送れるように努力してまいります。
保健だより「げんき！」は、毎月発行する予定です。
健康に関する内容を発信しますので、ご家庭で健康について考え、話題にさせていただけたらと思います。

4月の保健目標：健康診断を正しく受けよう！！

～健康診断 何のために何を調べるの？～

健康診断って毎年やっているけど何を調べているのどんな意味があるの？

・・・そんな疑問にお答えします！！

何を調べるの？

- 身体測定…身長・体重、成長の様子
- 視力…目がどのくらい見えているか
- 聴力…耳がどのくらい聞こえているか
- 歯科…歯やあご、歯肉の異常や病気
- 内科…心臓・肺・背骨・皮膚の様子
栄養状態・運動器・結核
- 眼科…目や目の周りの異常や病気
- 耳鼻科…耳・鼻・のどの異常や病気
- 尿…腎臓病・糖尿病などの疑い
- 心臓…心電図で異常や病気

何のために調べるの？

- 体の状態や成長の様子がわかる
- 異常・病気を見つけ、早く治療する
- 自分の体について知り、興味をもつ
- 健康に生活するための目標を立てる



裏面に日程表がありますので、確認してください。

「結果が出たら早めに受診」

※検診の結果、異常があった場合は「受診のおすすめ」を配布しますので、早めに受診して報告書を提出してください。

※学校の健康診断は病気・異常の疑いを見つけ出す「スクリーニング」です。
受診の結果、異常なしと言われる場合もありますが、ご理解ください。

～保健室ってこんなところ～

☆☆☆こんなときは保健室に来てね☆☆☆

- 学校でケガをした、具合が悪くなった。
- 悩みや疑問を相談したい、話を聞いてほしい。
- 体や心のこと、健康について知りたい。

☆☆☆保健室の約束☆☆☆

- 体のどこが、どうして、どんな様子かを自分で伝える。
- 保健室の中で騒いだり、ふざけたり、あばれたりしない。
- ものを使うとき、借りるときは声をかけてから。

☆☆☆保健室でできないこと☆☆☆

- 続けて手当を受ける。・・・継続手当は家庭で。心配なら医療機関を受診。
- 飲み薬をもらう。
- 長い時間休養する。(原則1時間まで)



～コロナウイルス感染防止対策～

- 朝の健康観察の徹底：ご家庭でしっかりお願いします。
 - 体温が平熱+0.5℃以上、かぜ症状ありの場合は自宅で休養させる。
 - ※花粉症・鼻炎・喘息及びかぜで受診した場合は、健康観察カードに記入する。
- 健康観察カードの確認：登校中は手に持って歩かないこと
 - 登校時児童玄関でチェック。毎朝忘れずに持ってくる。
 - 体温が平熱より高い場合や症状ありの児童については、家庭に連絡し確認する。
- マスクの着用：予備をランドセルに常備する。
- 教室の換気
- 休み時間ごとの手洗い
- 給食時の配慮
 - 配食前の手洗い・アルコール消毒、マスクの着用
 - 会食時は、前を向いて会話をしないようにする。
- 歯みがきのしかたの工夫
- 共有するもの・場所の消毒



保健室の中澤です

第一小学校での保健室は7年目となりました。

6年生は入学したときから見てきましたが、最上級生となり、とてもたくましくなりました。こうしてみんなの成長が見られることがとてもうれしいです。ケガをしたり、具合が悪くなったりしたときだけでなく、いろいろなところでみんなを応援していきます。

保護者のみなさまも、気軽に保健室に足を運んでください。お待ちしております。

今年も大好きなパンダと共に
よろしくお願いします。

