

ほけんだより 4月

令和6年4月8日 菅原小学校 ほけんしつ

菅原小学校のみなさん、ご入学・ご進級おめでとうございます！今年から菅原小学校の保健室の先生になります。関根歩那です。

ほけんだよりでは、みなさんに知ってもらいたい保健行事や、体や心の健康についての情報を発信していきます。ぜひ、おうちの人と一緒に読んでくださいね。

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、自分で持ってきてください。



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もらってくださいね。






4月の健康診断の予定

日にち	検査項目	学年	注意すること
4月10日(水)	身体測定	全学年	服装：半そで・半ズボンの体操服 ※かみの毛を頭の上で結ばないようにしてください。
4月12日(金)	視力・聴力検査	全学年	ふだんからメガネを使用している人は、メガネをかけて検査を行います。 ※4・6年生は視力検査のみを行います。
4月16日(火)	尿検査(1次)	全学年	この日に提出できない場合(生理など)は、5月15日(水)に提出してください。
4月26日(金)	心臓病検診(1次)	1年生	服装：半そで・半ズボンの体操服 持ち物：バスタオル1枚 検査の前日はお風呂に入り、体をきれいにしてください。

校医の先生方をご紹介します！

みなさんが健康に過ごせるよう、健康診断や、学校の環境衛生検査など、様々な場面でお世話になる先生方です。

<p>学校医 宮原 研一 先生 (水海道西部病院)</p> 	<p>学校歯科医 白澤 光二 先生 (中妻歯科医院)</p> 	<p>学校薬剤師 平岡 千英 先生 (あけぼの薬局)</p> 
--	---	---

保護者の皆さまへ

- 保健調査票、児童家庭調査票は「保健調査票用封筒」に入れて、**4月17日(水)まで**にご提出ください。記入漏れのないようご確認をお願いいたします。
- 保健室では、痛みを和らげる・悪化を防ぐ、病院受診するまでの一時的な手当てや対応を行います。改善しない場合や判断に迷う場合には、ご連絡させていただくことがあります。
- 内服薬は使用しません。外用薬は、傷の消毒液、湿布、かゆみ止め軟膏、ワセリン等を使用することがあります。アレルギーや、かぶれ等を生じるために使用してはならない外用薬がありましたら、学校にお知らせください。
- マスクの着用は個人の判断となります。**なお、風邪症状がある場合や、通学のバス利用時などマスクの着用が推奨される場面では、マスク着用のご協力をお願いする場合があります。
- お子様の健康上のことで何かご心配なこと、気になることなどがございましたら、いつでもご相談ください。