

からだから 4月号

文教大学附属小学校 保健室 平成31年4月



入学・進級おめでとうございます

いよいよ新しいクラスでの生活がスタートしますね。クラス替えがあった人も、なかった人も、1学年進級した新しいクラスでの生活に緊張している人もいるかもしれません。初めて同じクラスになる人、新しい担任の先生、まだまだ知らないことがたくさんあって、ワクワクドキドキですね。あわてずに、少しずつ自分のペースで慣れていけるといいですね。

養護教諭の中島綾子です。

みなさんが元気いっぱい学校生活を送ることができるよう保健室からサポートさせていただきます。具合が悪くなった時やケガをしてしまった時は、もちろんですが、悩み事などの相談がある時にも、気軽に声をかけてください。



保健室、ルールを守って使おうね！

	<p>保健室に行く場合には、担任の先生に状況を説明してから行くようにしてください。特に授業中、突如いなくなると心配します。</p>		<p>保健室は具合の悪い人が寝ていることがあります。大声で騒いだり、あそびんだりしてはいけません。</p>
	<p>保健室に行ったら、いつ、どこで、何をしているときに、どうなったのかを自分の言葉で説明できるようになりましょう。</p>		<p>保健室の中にあるものを勝手に使ってはいけません。必ず先生に断ってから使うようにしてください。</p>

保健室は、みなさんが「からだ」、「ところ」のことなどを知ることができる場所でもあります。身長計や体重計、座高計などは、ふだんから使うことができますので、自分がどれくらい成長したのか知りたいときには、ぜひ自分で調べてみてください。

また、ほけんだより「からだから」では、みなさんに知ってほしい体や健康の情報を発信していきますので、目を通してください。



健康診断が始まります

健康診断は、自分の体の状態を知るための絶好のチャンスです。体に病気はないか、順調に成長しているか、自分の体について、しっかり考えながら受けるようにしてください。

耳鼻科検診

耳・鼻・のどに病気はないか

聴力検査

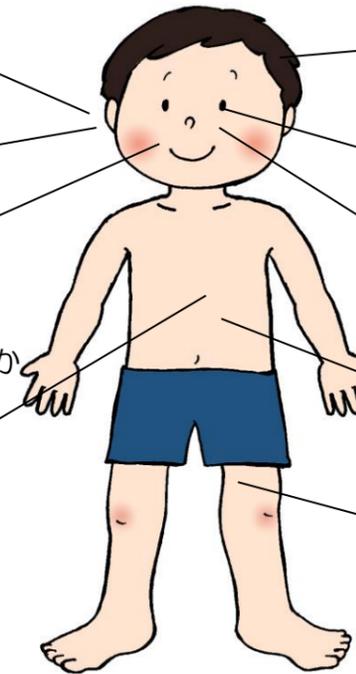
よく聞こえているか

歯科検診

むし歯や歯ぐきの病気はないか

内科検診

胸や背中の骨に異常はないか。心臓や呼吸器の音に異常はないか。



身体測定

どのくらい成長したか。バランスよく成長しているか。

視力測定

よく見えているか

眼科検診

目の病気はないか

尿検査

腎臓の病気はないか

運動器検診

腕・足・腰などの骨や関節に異常はないか

健康診断のルール

健康診断はを受ける時に、以下のことに気を付けてください。

学校医の先生には、しっかり挨拶をする。



静かに順番を待つ。



人の結果をのぞかない。結果は自分がわかればよいです。



おうちの方へ

平成31年度がスタートしました。新しいクラスで、新しい担任の先生になった子どもたちは、緊張と期待が入り混じった顔をして教室に向かっていました。新しい環境に慣れるまで、少し時間がかかる場合もあるかと思いますが、温かく見守っていただけたらと思います。

4~6月は健康診断が行われます。提出物などご協力いただくことが多くなりますが、お子様の健康状態を把握するうえで、とても重要なものになりますので、よろしくお願ひいたします。

今年度も保健室から子どもたちをサポートしてまいります。至らない点多々あるかと思いますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

養護 中島綾子