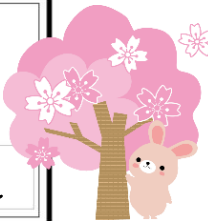


ほけんだより

心ま心ま

4月

令和6年4月24日
日光小学校～第1号～



入学・進級おめでとう!



かぜ 風はやさしく日ざしは暖かく、春らしい気候となりました。
 あたら 新たな学年が始まりましたが、慣れない環境は自分が思
 っているよりも疲れるものです。
 なに 何をすることも『健康』が基盤になります。
 みな 皆さんが学校で毎日楽しく過ごせるように保健室からみ
 なさんの健康づくりを精一杯サポートしていきます。
 よろしくおねがいします。

保健室はこんな所です

わたしは、養護教諭の吉原 冴也香 です。

プロフィール

- 好きな食べ物: ラーメン、うどん (めん類が大好きです)
- 好きな色: 水色、みどり色
- 好きなこと: パン作り、映画鑑賞 (とくにSF映画が好きです)



★けがの手当てをします。



ほけんしつです!

★体のぐあいがわるいとき、熱を測ったり、ベッドで休めます。



★心配なことがあるとき、どうすればよいか、いっしょに考えましょう。



健康診断が始まります

内科検診について

健康診断では、身体測定や歯科検診、視力検査などで体の成長具合やどこかに病気が異常がないかを調べます。とくに内科検診では体に病気があるときのサインはわずかなことが多いので体の専門家である内科の先生に調べてもらいます。

聴診器を使って

心ぞうの音や呼吸をするときの音をチェック

心ぞう病や心雑音などの病気がないか、呼吸器の病気・肺の感染症などがいないか調べます。



まぶたを裏返して

まぶたの裏側の色をチェック

貧血などではないか調べます。
※まぶたの裏側が白いときはその可能性があります。



背中にふれたり見たりして

背骨やろっ骨の形や大きさをチェック

背骨が曲がる病気(脊柱側弯症)などがいないか調べます。



皮ふをつまんだり見たりして

皮ふの色や脂肪の厚さをチェック

アトピー性皮膚炎などの病気にかかっていないか、また栄養不良や肥満傾向でないか調べます。



健康な毎日を送るために大切な

3つのこと

*栄養

好ききらいなく、なんでもバランスよく食べましょう。



*運動

毎日、少しでもいいですから、体を動かしましょう。



*休養

早ね早起きを心がけ、「すいみん」はたっぷりとりましょう。



先生に教えてね



保護者の方へ

ごあいさつ



日光小学校の保護者の皆様、日頃より本校の学校保健に御協力いただきありがとうございます。今年度より、清滝小学校から日光小学校に赴任することとなりました、養護教諭の吉原冨也香と申します。

養護教諭として何より、安心・安全な環境でお子様が健やかに成長を育んでいけるよう、また、児童自身が自らの健康を意識し主体性をもって健康に過ごすための行動をとっていきけるよう、保健教育に力を注ぎ務めてまいります。よろしくお願ひいたします。

保健に関すること以外にも、何か御相談ごと等ありましたらいつでも気軽に御連絡ください。



お知らせ

今年度より、ほけんだよりを日光小学校 HP (ホームページ) に掲載いたします。
4月は紙媒体+HP、5月より HP のみの発行といたしますので御了承ください。

☆ 4・5月の保健関係のスケジュール

定期健康診断に関する予定表です。

4月に実施した身体計測、視力・聴力(1~3・5年生)検査、内科検診、色覚検査(4年生希望者)の結果につきましては、5月7日(火)に通知いたします。

結果を御確認いただき、受診が必要な場合は早めに医療機関を受診し受診結果報告書を学校まで御提出ください。

※心臓検診(1・4年生)の結果につきましては、実施団体より結果が届き次第通知いたします。

【4月】

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8 始業式	9	10 入学式	11 済み 身体計測、視力検査 (4~6年生)	12 済み 身体計測、視力検査 (1~3年生)	13	14
15 済み 聴力検査 (5年生)	16 済み 聴力検査 (3年生)	17	18	19 済み 心臓検診 (1・4年生)	20	21
22 済み 聴力検査 (1年生)	23 済み 聴力検査 (2年生) 内科検診 (3~6年生) 男子:小西先生 女子:藤原先生	24 済み 内科検診 (1・2年生) 森島先生	25 色覚検査 (4年生希望者)	26	27	28
29	30					

校医さん紹介

内科	【学校医】 森島 直哉先生 (森島こどもクリニック) 1・2年生担当	小西 清二先生 (小西医院) 3~6年生男子担当	藤原 慶子先生 (藤原医院) 3~6年生女子担当
眼科	阿久津 行永先生 (阿久津医院)		
耳鼻咽喉科	西川 和明先生 (西川クリニック)	岩瀬 朗子先生 (いわせ歯科口腔外科 耳鼻咽喉科)	
歯科	【学校歯科医】 船越 八重子先生 (船越歯科医院) 1・2年生担当	手塚 徳仁先生 (てづか歯科医院) 3・4年生担当	宮川 保史先生 (宮本イストデンタルクリニック) 5・6年生担当
薬剤師	【学校薬剤師】 星 千裕先生 (たかとく薬局)		

【5月】

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8 歯科検診 (1・2年生) 3~6年生は、 6/19に実施。	9	10 腎臓検診(1次)	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 腎臓検診(2次)	22	23 眼科・耳鼻科検診 眼科:阿久津先生 耳鼻科:西川先生 :岩瀬先生	24	25	26
27	28	29	30	31		

