

ほけんだより 4 月



2025 年 4 月号
逗子市立池子小学校 保健室

< 4 月の保健目標 >

～自分のからだの

状態について知ろう～

入学・進級おめでとうございます。新しい教室、新しい先生やお友達…新しいことばかりで、緊張している人もいるかもしれません。がんばりすぎてしまうと、心と体は、つかれてしまいます。早寝早起きを心がけてみてくださいね。保健室から、みなさんのことを応援しています。何か困ったことがあったら、いつでも保健室にきてくださいね。

健康診断

が始まります!



健康診断では、学校生活を元気に送ることができるかをみるために、体のいろいろなことを調べます。そして、自分の体について知ることができ、健康について考えるチャンスです。〈健康診断での約束〉を読んで、受けましょう。

健康診断での約束

- ★前日は、お風呂に入って、体をせいけつにし、早めに寝て体調をととのえましょう。
- ★健康診断の最中は、おしゃべりをせず、静かに順番を待ちましょう。
- ★検査のじゃまにならない髪型にしましょう。
- ★学校医の先生に、あいさつをしましょう。
- （長い人は、低い位置で結ぶ、前髪は、目や耳がかくれないうようにする。）
- ★他の人の結果をのぞいたり、くらべたりしないようにしましょう。
- ★歯をしっかりとみがきましょう。
- ★メガネを使っている人は忘れずに。

健康診断の日程

4 月		5 月		6 月	
4/9 (水)	視力 (2.4.6 年)	5/8 (木)	眼科 (2.6 年)	6/6 (金)	歯科 (1.2 年)
4/10 (木)	視力 (1.3.5 年)	5/13 (火)	内科 (1.4 年)	6/17 (火)	心電図 (2 次) ※
4/11 (金)	尿検査 (全員) ※学校で回収	5/13 (火)	心電図 (欠席者) ※	6/20 (金)	歯科 (4.6 年)
4/14 (月)	発育測定 (1.2.3 年)	5/14 (水)	耳鼻科 (2.5 年)	6/27 (金)	歯科 (3.5 年)
4/15 (火)	心電図 (1 年)	5/16 (金)	尿検査 (1 次最終) ※	※5/16 (金) の尿検査回収は、保護者の方に逗葉地域医療センターへ検体を提出してもらいます。 ※5/13 (火)、6/17 (火) の心電図検査の対象となった場合は、保護者の方と一緒に逗葉地域医療センターにて検査します。	
4/16 (水)	発育測定 (4.5.6 年)	5/20 (火)	内科 (3.5 年)		
4/22 (火)	尿検査 (2 次)	5/22 (木)	眼科 (1.5 年)		
4/28 (月)	聴力 (3.5 年)	5/27 (火)	内科 (3.5 年)		
4/30 (水)	聴力 (1.2 年)	5/29 (木)	眼科 (3.4 年)		

※尿検査や心電図検査にて 2 次検査の対象となった場合、対象者に改めて詳細をお伝えいたします。



◎できること

◎けがの応急手当て

◎体調が悪い時の「休養」

→保健室での休養は、1時間が目安です。

◎悩みや困っていることの「相談」

◎身長・体重などの測定

◎着がえをかりる



×できないこと

×翌日以降の継続したけがの手当て

→治りが悪いときは、受診を！

×薬をあげること

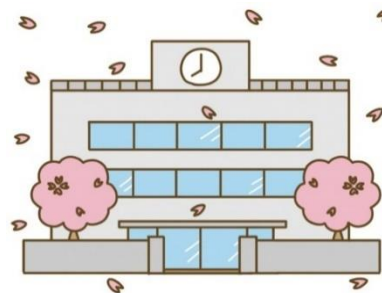
→＜学校での薬の取り扱いについて＞

を確認してください。

☆保護者の方も一緒にご確認ください。

ほけんしつのルール

保健室は、みんなのためのものです。保健室にくるときは、次のルールを守りましょう。みんなが安心して保健室を使えるように、協力してくださいね。



●先生に知らせてから保健室に行こう

●クラスとお名前を伝えよう

●けがをしたところや、具合の悪いところを伝えよう

●休んでいる人がいるときは、とくに静かにしよう

●保健室ものを使ったり、本を読みたいときは、

先生に伝えてから使おう

●保健室で使ったものは、もとの場所にもどそう

保護者の方へ



＜早退の場合＞

☆1時間休養しても回復しないとき

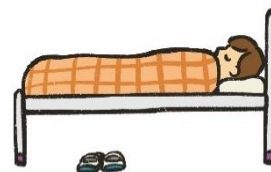
☆37.5℃以上の発熱、またはこれから熱が高くなると予想されるとき

☆下痢や嘔吐があるとき

☆感染症（インフルエンザやノロウイルス等）が流行しているときの体調不良者

☆給食がほとんど食べられない

☆授業の継続が困難と思われるとき



薬の取り間違いや、誤った使用方法を防ぐために、以下の内容をご確認の上、ご理解ご協力をお願いいたします。

＜学校での薬の取り扱いについて＞

①学校で教職員が薬を飲ませることは認められていません。

②児童の薬の管理は、お子さま本人が保持することを原則とします。（薬を入れるジップロック等にも記名してください。）

③学校で薬を服用する場合は、お子さまが持参し自分で飲めるようご家庭でご指導ください。

補助が必要な場合は、ご相談ください。

④薬を服用した場合は、服用したことを確認してもらうため、空袋は捨てずに持ち帰らせます。

⑤学校に薬を持ってくる場合は、担任に電話や連絡帳にて伝えるようにしてください。（学びポケットのみでのご連絡はお控えください。）