

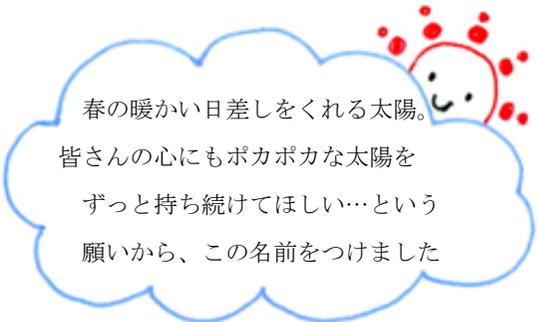
# こころ だいよう いつも心に太陽を



千代田小学校

ほけんだより

No.1



春の暖かい日差しをくれる太陽。  
皆さんの心にもポカポカな太陽を  
ずっと持ち続けてほしい…という  
願いから、この名前をつけました

## はじめてまして

保健室の丸山さおりです。今年度より、千代田小学校に赴任しました。

千代田小の全員が病気や大きなケガをすることなく、元気にたのしく、

過ごすことができるように、お手伝いします。

学校のことや、地域のことで知らないことが

多いので、いろいろ教えてくださいね！ よろしくお願ひします！

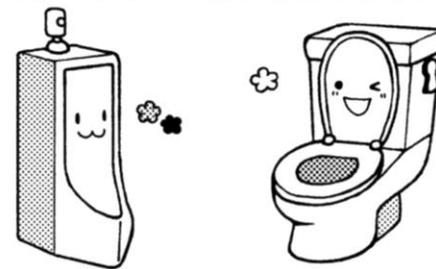


## 健康しんだんを受けるときは

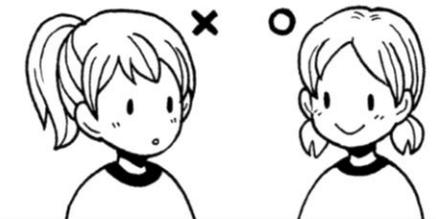
健康しんだんは、みなさんの目や耳、鼻、歯や口の中、心臓や呼吸の様子などを調べて、健康かどうかをみるためのものです。

健康しんだん当日は、マナーを守って受けるようにしましょう。

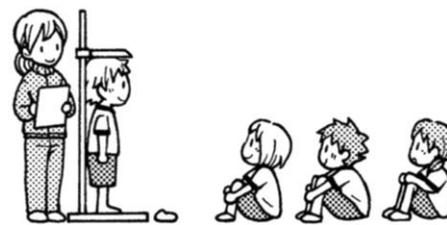
検査の前にトイレへ行っておきましょう



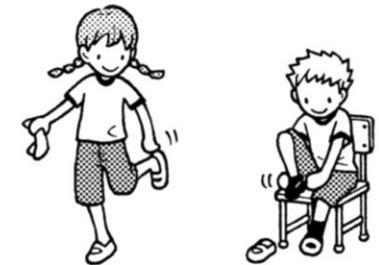
かみの毛が長い人は、下の位置で二つに分けておすぶるようにしましょう



ほかの人が受けているときは、おしゃべりをせず静かに待ちましょう



検査の前にくつ下をぬいでおきましょう

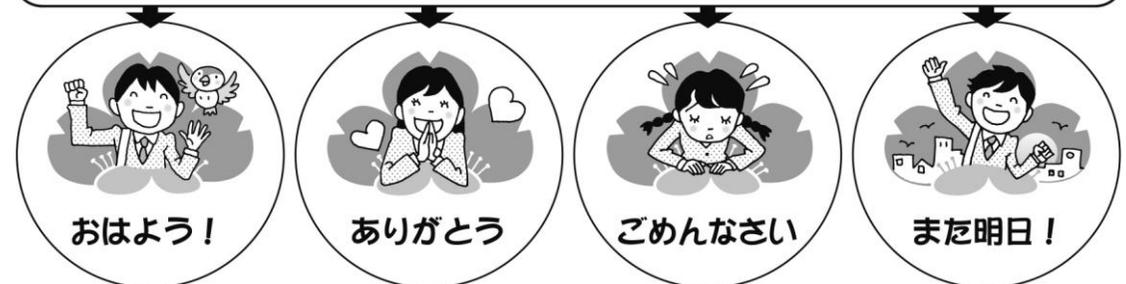


## 保健室を使うときの決まり

- \* 保健室へ来るときは、担任の先生などに伝えてから来てください。自分で伝えることができないときは、近くにいる人に伝えてもらいましょう。
- \* ノックをしてから入りましょう。
- \* 「いつ」「どこで」「どうしたか」を保健室の先生に伝えましょう。
- \* 保健室にある器具や薬品は大切なものなので、さわらないでください。



## あいさつは、友達づくりの第一歩

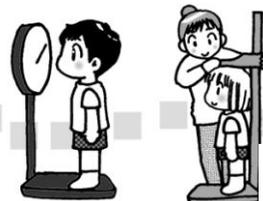




健康診断で異常が見つかった場合、治療カードをお家にお渡します！  
早めに受診していただきますよう、  
よろしくお願いします。

| 月 日   | 曜 | 検診・検査の項目 | 対象                | 留意事項   |
|-------|---|----------|-------------------|--|
| 4月10日 | 月 | 発育測定     | 全校                | ・女子は、髪を高く結わないようにしてください<br>・前日は入浴し、下着は清潔な物にしておきましょう |
| 4月11日 | 火 | 視力検査     | 全校                | ・眼鏡を持っている人は持ってきてください                               |
|       |   | 聴力検査     | 1.2.<br>3.5<br>年生 | ・耳をきれいにそうじしておく<br>・髪の長い児童は髪を耳にかけ、耳を出す              |
| 4月12日 | 水 | 心電図検査    | 1年                | ・上半身は裸、下は短パン、靴下は脱ぐ<br>・リラックスして受ける                  |
| 4月19日 | 水 | 眼科検診     | 全校                | ・検査の前に目をこすったりしないようにしま<br>しょう                       |
| 4月20日 | 木 | 内科検診     | 全校                | ・身体や下着を清潔にしておいてください                                |
| 4月27日 | 木 | 耳鼻科検診    | 全校                | ・耳をきれいにそうじしておきましょう                                 |
| 5月2日  | 火 | 尿検査（一次）  | 全校                | ・尿は当日の朝、一番早いものが望ましい                                |
| 5月10日 | 水 | 歯科検診     | 全校                | ・給食後の歯みがきをていねいにしましょう                               |
| 5月25日 | 木 | 尿検査（二次）  | 1 次<br>未 提<br>出 者 | ・一次未検査者と再検査者が対象<br>・尿は当日の朝一番早いものが望ましい              |
| 6月20日 | 火 | 運動器検診    | 全校                | ・整形外科校医が運動器検診調査書をチェック<br>します                       |

けんこうしんだん  
★★ 健康診断 こんなことをします ★★



せ たか たいじゆう  
背の高さや体重 を  
はかります。



がっ こうい からだ  
学校医さんに 体 の  
ようす  
様子を見てもらいます



め み かた みみ  
目の見え方 や耳 の  
きこえ方などを検査し  
ます

毎朝の健康観察をお願いします

寝起きは  
どうでしたか？

顔色は良いですか？

熱はありませんか？

食欲はありますか？



だるさなどを訴えて  
いませんか？

便は出ましたか？

腹痛はありませんか？

他にも気になるところが  
ありましたら、どんなこ  
とでもお知らせ下さい。

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

# 毎朝の健康観察をお願いします

寝起きは  
どうでしたか？

顔色は良いですか？

熱はありませんか？

食欲はありますか？



だるさなどを訴えて  
いませんか？

便は出ましたか？

腹痛はありませんか？

他にも気になるところがありましたら、どんなことでもお知らせ下さい。