



下野市立細谷小学校
保健室
令和7年4月 発行

4月の保健目標：自分の体を知ろう

入学・進級おめでとうございます。新しい学年が始まり、期待と不安から、ドキドキしている人もいます。みなさんが楽しく元気に学校生活を送ることができるよう、保健室から健康に関する情報をお届けします。お家の人と一緒に読んでください。

手当てをするところ

校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へ来ててください。
ただし、「昨日のケガのガーゼを換えたい」はダメ。あくまで一次処置の場所です。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。

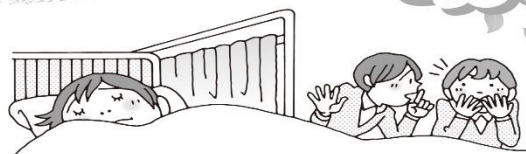


相談するところ

みごとがあるとき、養護教諭が相談にのります。ケガ人や急病人がいるときは少し待ってもらったほうがいいかもしれません。他の人がいないときに話したいという人は、日時を決めて約束をしましょう。



静かなところ



調が悪いとき、一時的に休養できます。保健室では具合が悪くて静かに休みたい人がいるかもしれないので、元気な人も保健室の中や前の廊下では大きな声は出さずに、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。

保健室ってどんなところ？

勉強するところ



保健室には体や心に関する本が置いてあります。知りたいことがあるときは読みに来てもいいですよ。また、ケガをしたり体調不良になったとき、今後そうならないためにはどうすればよいのかについても一緒に考えます。

今年度お世話になる学校医の先生

内科 ☆☆ ☆☆ 先生

歯科 ☆☆ ☆☆ 先生

眼科 ☆☆ ☆☆ 先生

耳鼻科 ☆☆ ☆☆ 先生

薬剤師 ☆☆ ☆☆ 先生

健康診断の時には、あいさつをしましょう！

★4月の健康診断予定です。日程や注意事項をよく確認してください。

実施日	対象学年	実施項目	準備・注意事項
4/14(月)	ぜんがくねん 全学年	しんたいけいそく 身体計測	からだの成長を調べます。 <u>髪は低いところで結びましょう。</u>
		しりょくけんさ 視力検査	どのくらいものが見えるかを調べます。 <u>めがねをかけている人は必ず持ってきてきましょう。</u>
	1,2,3,5年	ちようりょくけんさ 聴力検査	きちんと音が聞きとれているかを調べます。
4/16(水)	ぜんがくねん 全学年	じんぞうけんしん 腎臓検診 (尿検査)	じんぞうに病気がないかを調べます。 <u>前日に、容器を配付します。当日の朝、尿をとり、忘れずに持ってきてきましょう。</u>
4/18(金)	ぜんがくねん 全学年	じびかけんしん 耳鼻科検診	みみ、はな、いじょうのどに異常がないかを調べます。
4/24(木)	ぜんがくねん 全学年	しかけんしん 歯科検診	は、じょうたい、くち、なか、いじょうの歯の状態や口の中に異常がないかを調べます。 <u>はみがきをしっかりとしましょう。</u>

1学期中は提出物がたくさんあります

保護者の方へ

1学期は健康診断の問診票や、お子さんのアレルギーや健康の状態を確認するための書類など、たくさんの提出書類があります。提出期限が早いものもあり、お忙しい中大変お手数をおかけします。



ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます

水筒持参についてのお願い

本校では、こまめな水分補給を目的とし、1年間を通して水筒の持参をお願いしております。ご協力よろしくお願いいたします。

なお、水筒につきましては安全面を考慮し、肩掛けのできるものを使用してください。

また、水筒の中身につきましては、水または麦茶のみ可とします。

今年度も保健室を担当します
☆☆ ☆☆です。
どうぞよろしくお願いいたします。

