



国分寺小
保健室

入学・進級おめでとうございます。いよいよ新しい年のスタートです。

新しい友達・先生・教科書…4月は、たくさんの「新しい」に出会う期待と同時に、戸惑いや不安の多い月です。慣れようと焦らず、自分のペースをつかみ、安心した学校生活が送れるようにサポートしていきたいと思います。養護教諭の福田有沙です。1年間、どうぞよろしくお願ひします。

【 4月 健康診断の予定 】

月	火	水	木	金
8 始業式	9	10 入学式	11 6年生：身体測定 5年生：視力検査	12 5年生：身体測定 4年生：視力検査 ★回収
★1配布				
15 4年生：身体測定 3年生：視力検査	16	17 3年生：身体測定 2年生：視力検査	18 2年生：身体測定 1年生：視力検査	19 1年生：身体測定 6年生：視力検査 ★回収
★2配布				
22 家庭訪問期間～30日	23	24	25 5.6年生 歯科検診 尿検査 配布	26 尿検査 回収

※検診日に、欠席・遅刻で受けられなかった場合は、保護者の方が学校医に連れて行き検診になることもあります。体調を整え、欠席・遅刻のないようにお願いします。



【 ★1 保健関係 】

- ① スポーツ振興センター同意書 オレンジの紙（全員）
- ② 保健調査票 （※新入生は受付で提出済み）

【 ★2 問診票関係 】

- ① 結核問診票 （全員）
- ② 運動器検診問診票 （全員）
- ③ 心臓病調査票 （1年生・4年生のみ）

4月は、配付・回収物が多くなります。
お子さんと一緒に確認し、
期日までの提出にご協力ください。

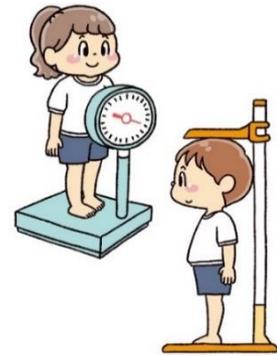


【 遅刻・早退・出席連絡について 】

昨年度と同様に「健康観察アプリ リーバー」にて毎朝、7:50までに登録をお願いします。
欠席・遅刻・早退の場合は、フリーコメント欄に理由をご記入ください。

【 お世話になる 学校医の先生 】

内科・・・にじいろこども診療所	佐間田一則 先生
内科・・・せいいかいメディカルクリニック	小藤田 篤 先生
耳鼻科・・・国分寺さくらクリニック	田中 秀隆 先生
歯科・・・増山デンタルクリニック	増山 有一 先生
眼科・・・回生眼科	山口 康三 先生
薬剤師・・・石橋薬局	増山 寿子 先生



※ 学校での校医診断は、病気や疾患の「疑い」を早い段階でスクリーニングし、医療機関につなぐ目的があります。そのため、かかりつけ医の診断と異なることがあります。ご了承ください。

【 国分寺小のみなさんへ 】



じどう
児童のみなさんへ
はじめまして保健室の福田有沙です。今日から、新しい学年のはじまりです。
みんなのことを知り、国分寺小のいいところをたくさん探していきたいと思
います。体も心も元気に過ごせるように生活リズムに気をつけ、たくさん笑
ってすごしましょう。笑顔は免疫力をたかめるよ！

【 保健室利用のやくそく 】

- ① 担任（教科）の先生に話をしてから利用しましょう。
- ② 保健室では、休んでいる人もいます。しずかにね。
- ③ 飲み薬や、目薬は出せません。
- ④ 家でのけがは、家で手当をしてもらいましょう。
- ⑤ 保健室を利用した時、手当をした時は、おうちの人に伝えましょう。
- ⑥ 心配なことや、お話をするだけでも利用できますよ。



不安おばけと上手に付き合おう!

おばけが囁きます

「新しいクラスで友だちできるかな」「忘れ物しないかな」「発表で失敗するかも」「感染症にかかったらどうしよう」…新学期の不安はたくさんありますね。

おばけが大きくなるのはなぜ？

わからないことが多いと、不安はどんどん大きくなります。「怖い」「見たくない」と思うほど、不安が巨大なおばけになってしまうのです。



おばけをよく見てみて

でも、今までの経験や、まわりの人からの情報を使って「何を準備すれば乗り越えられるか」を考えてみましょう。気持ちが軽くなり、不安おばけはどこかへ行ってしまうはず。その経験が次におばけが出そうになったときも力になってくれますよ。

