



令和6年4月8日

富ヶ丘小学校保健室

第1号

うちひとよ
お家の人と読みましょう



入学・進級 おめでとうございます

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。いよいよ、小学校生活がスタートしましたね。とても楽しみにしていたことと思います。新しいお友達や先生と一緒に、たくさん学んでいきましょう！ 2～5年生のみなさん、進級おめでとうございます。

充実した春休みを過ごすことはできましたか？ 今日から新しい学年に進み、クラスのお友達や担任の先生も変わりました。

今はまだ緊張しているかもしれませんが、少しずつ仲良くなれるように、毎日元気に登校できるといいですね。今年度も実りある1年になるよう、一緒に頑張っていきましょう！

養護教諭の

岩淵 さやか

です

よろしくお願いします



～保護者のみなさまへ～

登校にあたってのお願い

①登校前の健康状態確認

- ☐ 目覚め ☐ 顔色 ☐ 食欲 ☐ 排便 ☐ 吐き気、おう吐 ☐ その他、いつもと違う様子はないか
- 特に、学年やクラス内での感染症まん延を予防する観点から、発熱（平熱より明らかに高い熱）や、ひどい呼吸器症状（咳や鼻水、のどの痛みなど）などがある場合は、無理に登校はせず、ご家庭で安静にして、経過を見ていただくようお願いいたします。
- 欠席や遅刻、早退等については、欠席メールまたは電話にて、当日の朝までにお知らせください。

②ハンカチ・ティッシュの携帯

- 手洗いの後は清潔なハンカチで手を拭くよう指導しています。必ず持たせてください。

③水筒の持参（推奨）

- こまめな水分補給は、熱中症予防はもちろん、感染症対策としても有効です。学校には水道もありますが、数に限りがあります。また、体育などの際に持ち運び、その場ですぐに水分補給をすることもできるため、特に暑さを感じる時期には、水筒に冷たい水やお茶を入れて、持参することを推奨しています。
- 熱中症対策のため「スポーツドリンクを持たせたい」というお声をいただくことがありますが、糖分が多含まれているため、普段の水分補給として飲み続けてしまうと、むし歯や肥満のリスクが非常に高まります。暑い日に長時間、外で活動するような際には、スポーツドリンク可とすることもございます。その場合には別途お知らせいたしますので、普段の水分補給には、糖分等を含まない水やお茶を持たせてください。

保健室について

お子さんの『心』と『体』の健康を守り育てるための保健センターのような役割を果たします。学校での活動中のけが、体調不良などの際に、応急処置をしたり、休養させたりします（学校以外でのけがや病気は、ご家庭で処置をお願いします）。病院とは異なり、診断や治療、投薬はできません。次のような場合には早退することになりますので、必ず、保護者の方がお迎えに来ようをお願いいたします。

- 発熱やひどい呼吸器症状（咳、鼻水など）がある場合。
- けがや体調不良により、学習を続けるのが困難な場合。
- または、医師の診察が必要な場合。
- 1時間程度休養したものの、体調が回復しない場合。

教えてほしい

4つのこと

ケガをして
保健室に来たときは…

いつ

どこで

何をしていた

どうなった

を教えてください。

ケガの状態によって、どんな応急手当をするか、病院に行き治療したほうがいいのか判断します。ゆっくりで大丈夫。きちんと自分の言葉で伝えてね。

そのほか、お子さんの健康に関するご相談などございましたら、お気軽にご連絡ください。

今年度お世話になる 校医の先生方 をご紹介いたします。

- ◆ 内科校医 佐野 浩史 先生（大清水内科クリニック）
- ◆ 眼科校医 村上 和子 先生（あかいし台眼科）
- ◆ 歯科校医 山村 宗正 先生（富谷ガーデン歯科）
- ◆ 歯科校医 吉田 修一郎 先生（しゅうファミリー歯科）
- ◆ 耳鼻科校医 佐竹 充章 先生 健康診断等でお世話になります。どうぞよろしくお願いいたします。



健康診断 なぜするの？

1 どれくらい成長した？
去年の自分とどれくらい違うかを確かめることも大切な目的です。



2 病気の疑いは？
学習や運動など学校生活を送る上で注意することがないかを調べます。

3 自分の体は？
今の自分の体の状態を知って、日々の生活に生かしていきましょう。



定期健康診断日程表

※ 日程は変更になる場合があります。

項目	期 日	対 象 学 年	注 意 事 項 等
身体計測 ・視力検査	4月 9日（火）	6年・4年	＊髪を結ぶ人は、横に結んでください。（頭の真ん中で結んでいると、身長がうまく測れないため。） ＊服装は体操着（半袖・半ズボン）で、靴下を脱ぎます。 ＊眼鏡を持っている人は、かけたまま検査します。コンタクトレンズを着けている人は、検査の前に先生へ伝えてください。
	4月 10日（水）	5年・特支	
	4月 11日（木）	3年	
	4月 12日（金）	1-1, 1-2, 2年	
	4月 15日（月）	1-3	
聴力検査	4月 16日（火）	1・2・3・5年 ※特支対象学年含む	＊耳掃除をしてきてください。
心臓病検診	5月 10日（金）	1年	＊事前に「調査票」を配付・回収します。
内科検診	5月 9日（木）	5年, 4-1	＊心臓や肺の音を聴診するため、上半身をまくり上げることができる服装で行います。ワンピースなど、上下で分かれていない服を着ていた場合は、事前に体操服に着替えて行います。
	5月 16日（木）	3年, 4-2	
	6月 6日（木）	特支, 2年, 6-1	
	6月 27日（木）	1年, 6-2	
耳鼻科検診	6月 11日（火）	1・3・5年 ※特支対象学年含む	＊耳掃除をしてきてください。
眼科検診	6月 4日（火）	全学年	＊眼鏡はかけたまま行います。
歯科検診	5月 23日（木）	特支, 4～6年	＊朝食の後、歯を磨いてきてください。
	6月 5日（水）	1～3年	
尿検査（一次）	5月 8日（水）	全学年	＊当日の朝に採尿し、提出してください。

※ 定期健康診断とは別に、4年生の希望者を対象に「色覚検査」を実施する予定です。詳細は決まり次第、保健便り等でお知らせいたします。