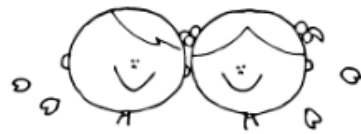


4月 ほけんだより

1年生を迎えていよいよ新学期がはじまりました。

こちらは保護者向けの保健だよりです。学校保健に関する内容載せていきます。

裏面は子ども用のほけんだよりです。学級指導の時間を設けていますが、おうちでも一緒にご覧ください。



養護教諭のなかお さおり 早織と申します。

今年も子どもたち一人一人と丁寧に関わりながら、健やかに安全に過ごせるように努めて参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

校医・薬剤師の先生方です。
健康診断だけでなく、健康についても相談にのっていただけます。



学校医（内科）	横江 信義 先生
学校医（耳鼻科）	大川 正直 先生
学校医（眼科）	新井 真理 先生
学校歯科医	本多 易史 先生
学校薬剤師	内田 晶子 先生



スクールカウンセラーの細川 亜希先生に今年度もお世話になります。毎週水曜日に来校される予定です。

校医様との健康相談や、細川先生との面談を希望される場合は、学級担任か養護教諭にお声かけください。



すり傷などのけがの手当てについて



元気に外で遊ぶので、たくさん子どもたちがすり傷等で保健室に来ます。以前は消毒をするのが当たり前とされてきました。しかし現在では、消毒薬は傷の治癒を妨げることや、水道水できれいに洗うだけで感染を防ぐことができるという考え方が主流となりました。

保健室でも、基本的には消毒せず、傷を流水で洗浄し、異物を除去してから保護して処置をしています。家庭では学校で貼った保護材（絆創膏等）を取って傷の様子をご確認ください。

傷が深い場合など感染の危険が高いものについては、医療機関で診てもらう必要がありますので、連絡をいたします。

日本創傷外科学会HP参考

家庭でも学校でも健康観察



新型コロナウイルス感染者数の急増により、京都府に対し「まん延防止等重点措置」が適応されました。

引き続き、検温を含めた登校前の健康観察の徹底をお願いいたします。

本人の体調不良はもちろんですが、同居のご家族や兄弟が風邪症状等で体調が悪く、その原因が明らかではない場合は、登校について慎重にご判断ください。



日	月 日（月）	
	朝	℃（午前 時）
体温	夕	℃（午後 時）
呼吸器 症状等	<input type="checkbox"/> 咳 <input type="checkbox"/> 鼻水・鼻づまり <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 胸の痛み <input type="checkbox"/> 嘔吐・下痢・腹痛	
	※症状があるときは <input type="checkbox"/> にレを入れてください。 <input type="checkbox"/> 全身倦怠感（からだがとてもだるい） <input type="checkbox"/> その他	

6月頃まで健康診断が続きますが、感染症の発生状況に応じて延期する場合があります。
感染症予防を徹底しながら進めてまいります。

4月 すこやか

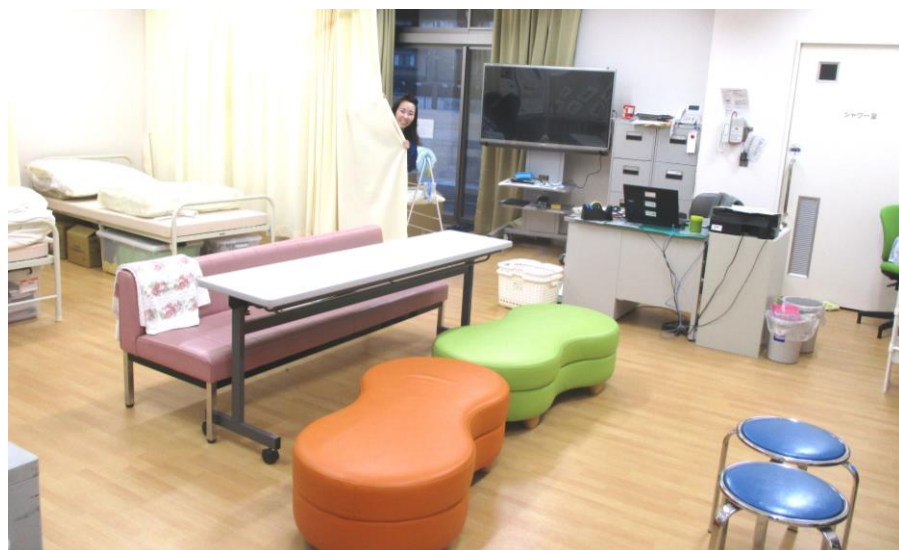
令和3年4月16日

ほけんの日

4・5・6年

児童用のほけんだより「すこやか」です。月に一度の保健室からのお便りなので、すみからすみまで読んでくださいね！

下京雅小学校の保健室



保健室はこんなときに来てね

- ✓ ケガをしたとき
- ✓ 体調が悪いとき
- ✓ 悩みや心配ごとがあるとき
- ✓ からだや健康について知りたいとき



4月の保健目標

自分の体を知ろう

4月の健康診断

身体計測

順調にバランスよく体が发育しているかを調べます。



かみの毛をくくるときは、頭の上や後ろにこないようにしましょう。



勉強するときだけめがねをつけている人も、わすれずに持ってきてきましょう。



視力検査

目がどのくらい見えているかを調べます。



聴力検査

音がどのくらい聞こえているかを調べます。



4・6年生は検査はありませんが、測りたい人はいつでも言ってください。

4月・5月・6月は他にもたくさんの健康診断があります。

結果はおたよりや「けんこうのしろく」で見られますが、気になることがあればいつでも聞きに来てください。自分の体の様子を知りましょう。

4月すこやか

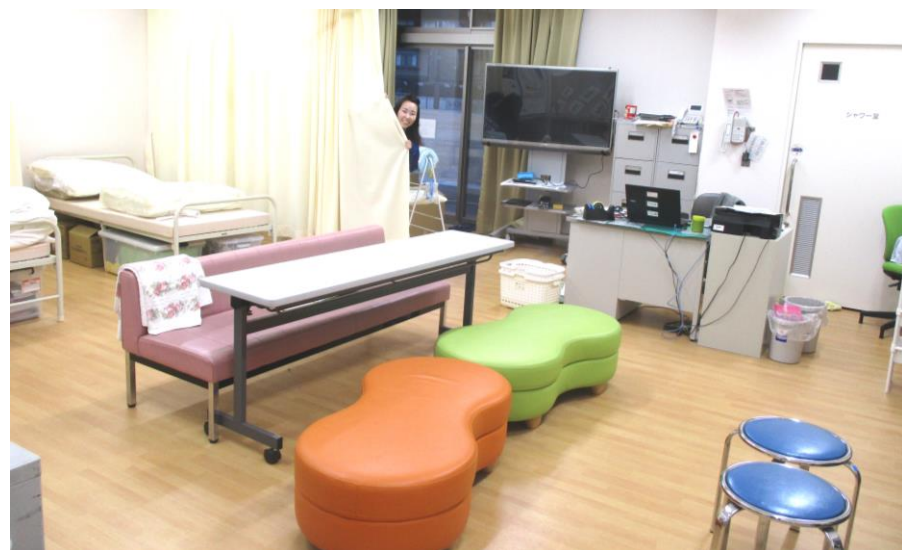
令和3年4月16日

ほけんの日

2・3年

じどう用のほけんだより「すこやか」です。月に一度のほけんしつからのおたよりなので、すみからすみまで読んでくださいね！

下京雅小学校のほけん室



保健室はこんなときに来てね

✓ ケガをしたとき

✓ 体調が悪いとき

✓ 悩みや心配ごとがあるとき

✓ からだや健康について知りたいとき



4月のほけんもくひょう

じぶん からだ し

自分の体を知ろう

4月のけんこうしんだん

しんたいけいそく

バランスよく体が大きくなって
いるかを調べます。



かみの毛をくく
るときは、頭の上
や後ろにこないよ
うにしましょう。



勉強するときだけめがねを
つけている人も、わすれずに持
ってきましょう。



しりよくけんさ

目がどのくらい見えているかを調
べます。



ちょうりよくけんさ

音がどのくらい聞こえて
いるかを調べます。



小さい音を聞きます。しずか
に待ちましょう。

4月・5月・6月はほかにもたくさんのけんこうしんだんがあります。
結果はおたよりや「けんこうのきろく」で見られますが、気になることがあればい
つでも聞きに来てください。自分の体の様子を知りましょう。

4月 すこやか

令和3年4月16日
ほけんの日
1年

ほけんだより「すこやか」です。つきに1どのほけんしつからのおたよりなので、すみからすみまでよんでくださいね！

しもぎょうみやびしょうがっこう のほけんしつ



ほけんしつの
「なかお さおり せんせい」です。
なかおせんせいはどこでしょう？

こまったことがあれば、
いつでもこえをかけてくだ
さい。



保健室はこんなときに来てね

□けがをしたとき



□しんどいとき



□こまったとき



□からだについて
しりたいとき



や く そ く

ほけんしつに行くときは
たんにんのせんせいに
つたえましょう。

4がつのほけんしつもくひょう

じぶんのからだをしろう

4がつは、けんこうしんだんが
たくさんあります。
じぶんのからだのようすをしりましょう。

