

# 保健だより

平成26年 4月 9日  
水戸市立内原小学校

新しい学年が始まりました。どんな出会いがありましたか。きっと、うきうきしていることと思います。

この1年間、楽しく健康で過ごせるように心と体の健康についてお知らせしていきます。よろしく願いいたします。

## 今月の保健安全目標

- ・自分の体を知ろう。
- ・登下校の安全に気をつけよう。

### 1 健康診断の予定

学校は、毎学年定期的に健康診断を行われています。保健管理や保持増進を図って、学校生活が困らないようすることが目的です。

項目	対象者	日時	その他
発育測定	全学年	4月9日(5,4年生)	・体操着の半袖,短パンで行います
視力測定	全学年	4月10日(3,2年生)	・健康手帳に記入します。
聴力測定	1,2,3,4,5年生	4月11日(6,1年生)	・めがねを持参する。
眼科検診	1,4年生	4月16日	・前髪は短めかあげておく。
歯科検診	全学年	4月17日(1,2,4年生) 4月24日(3,5,6年生)	・しつかりと歯みがきをしてくる。 ・仕上げみがきをお願いします。
心電図検査	1年生	4月22日	・問診票に記入して提出する。 ・体操着の半袖,短パンで行います。
耳鼻科検診	1,4年生	5月7日	・耳の掃除をしてくる。
内科検診・結核検診	全学年	5月15日(6,5,4年生) 5月22日(1,2,3年生)	・体操着の半袖,短パンで行います。
ぎょう虫検査	1,2,3年生	5月27日	・2回,26日までの朝に実施する。 ・26日までには提出する。
尿検査	全学年	5月27日	・27日朝に採取する。 ・8時40分までに保健室に提出する。

各種測定や検査が始まります。ご家庭でも準備等の協力をお願いします。

保健調査票や結核検診問診票及び予防接種記録の記入をして担任に提出してください。

### 2 学校医の先生を紹介します。

内科医 館 治彦先生 (たち医院) .....内科検診  
歯科医 高宮 哲二先生 (高宮歯科医院) .....歯科検診  
耳鼻科医 金山亮治先生 (かなやま耳鼻咽喉科クリニック) .....耳鼻科検診  
眼科医 大橋秀記先生 (大橋病院) .....眼科検診  
学校薬剤師 片野実先生 .....プール水や飲料水の水質検査・教室の照度・空気検査

### 3 保健室はこんなところです。

みなさんのからだや心の健康について、いっしょに考えるところです。

- 1 学校でけがしたとき
- 2 具合がわるいとき
- 3 体について知りたいとき
- 4 悩み事や困ったことを相談したいとき

#### 保健室での約束

- 1 担任の先生にお話をしてからくる
- 2 自分で体の様子のお話をする
- 3 すり傷や切り傷は水洗いをしてからくる
- 4 保健室では静かに話す
- 5 薬は勝手に使わない

### 4 健康観察のポイントをお知らせします。

新しいクラスになって、心の疲れが出やすい時期です。また、朝夕の気温差が大きいために、かぜをひいたり体調をわるくしたりしやすい時期です。一日を楽しく過ごすために朝の健康観察をしてから登校してください。心配なことがあれば、連絡帳で担任までお知らせください。

- 1 寝起きはよかったですか
- 2 食欲はありますか
- 3 顔色はいいですか
- 4 熱や頭痛、咳やのどの痛みはありませんか
- 5 下痢や便秘をしていませんか
- 6 睡眠は十分とれていますか
- 7 元気がありますか

### 5 学校伝染病について～出席停止～

集団生活の間では、いろいろな伝染病が流行しやすくなります。下記の伝染病にかかった場合「出席停止」となります。医者を受診して、回復と伝染のおそれがないと認められたら、担任からの届け出書に記入して提出してください。欠席扱いにならない措置をとります。また、心配なことや気になることがありましたら、いつでも相談してください。

- ・水痘(みずぼうそう)
- ・伝染性紅班(リンゴ病)
- ・手足口病
- ・インフルエンザ
- ・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)
- ・百日咳
- ・麻疹
- ・咽頭結膜炎(プール熱)
- ・感染性胃腸炎
- ・流行性角結膜炎
- ・風疹(三日はしか)
- ・マイコプラズマ肺炎
- ・溶連菌感染症