



げんきな子

ほげんだより（令和4年度）
第2号
令和4年5月11日
水戸市立渡里小学校



新学期が始まり1か月がたちます。1年生も少しずつ学校生活に慣れてきて、楽しく学校生活を送っている姿が見られます。

また、休み時間には運動場で元気いっぱい体を動かして、楽しそうに遊ぶ子供たちの姿が保健室から見えます。体育の時間には、運動会の練習が始まりました。徒競走や団体競技、ダンスなど運動会当日が今から楽しみです。いつもより運動量が増え、疲れから体調を崩すことがあるかもしれません。「早寝・早起き・朝ごはん」の生活リズムを心がけて、運動会当日を元気に迎えられるようにしましょう。



今月の保健目標

- ・ 身のまわりを清潔にしよう
- ・ 遊具の使い方を考えよう

今月の保健目標は、「身のまわりを清潔にしよう」です。学校では、月に1回「せいけつ調べ」を行い、清潔な健康習慣を意識して生活できるようにしています。「せいけつ調べ」では、

- 手・足は清潔ですか？
- 手・足のつめはきちんと切っていますか？
- ハンカチを持っていますか？
- ティッシュを持っていますか？
- 朝ごはんの後、歯みがきをしましたか？
- かみの毛は清潔ですか？
- 上ばきは清潔ですか？（週に1回、洗っていますか？）
- くつ下は清潔なものをはいていますか？

などについて、健康手帳を使って、自分自身で振り返りを行っています。学校での「せいけつ調べ」は月1回ですが、清潔な健康習慣を身につけられるようにご家庭でも時々お子さんと一緒に確認をお願いいたします。



こまめな水分補給のために～水筒の準備をお願いします！～

毎日の水筒の準備、ありがとうございます。暑い季節はこまめな水分補給が大切です。気温の高い日は、熱中症予防のため、体育や休み時間には水筒を活動場所に持参して、活動をしています。こまめに水分が補給できるように、水筒は毎日持参させてください。水筒の中身は、水かお茶でお願いいたします。また、水筒への記名もお願いいたします。

5月の健康診断の日程をお知らせします

4月に引き続き、5月も様々な健康診断が行われます。子供たちにとって自分の体の様子を知る大切な機会になります。ご協力をよろしくお願いいたします。

9日(月)	尿検査, 眼科検診(1・4年生)	
10日(火)	聴力検査(5年生)	
11日(水)	聴力検査(3年生)	
12日(木)	聴力検査(2年生)	
13日(金)	聴力検査(1年生)	
16日(月)	聴力検査(※4・6年生該当者)	
17日(火)	内科健診(2年生, 3年1組・2組)	
24日(火)	内科健診(1年生, 3年3組)	
27日(金)	尿検査(二次検査) ☆9日に出せなかった人も提出できます。	

※ 4年生と6年生の聴力検査については、省略することができますが、保健調査票で「会話中に聞き返すことが多い」と訴えのあった児童を対象に実施します。

定期健康診断等でお世話になる先生方を紹介します。よろしくお願いします。

【学校医・学校歯科医・学校薬剤師】

学校医	内科(1~3年生)	西宮 常代 先生	西宮医院
	内科(4~6年生)	早船 徳子 先生	岡崎整形外科医院
	眼科(1・4年生)	林 誠一郎 先生	林眼科
	耳鼻科(1・4年生)	青柳 安典 先生	わたり耳鼻咽喉科クリニック
学校歯科医	(1・3・5年生)	泉 俊郎 先生	泉歯科矯正歯科医院
	(2・4・6年生)	田澤 重伸 先生	田澤歯科医院
学校薬剤師		庄司 幸枝 先生	見川ファミリー薬局

※ 学年は、定期健康診断の担当学年になります。

定期健康診断の結果について

☆ 定期健康診断の結果、詳しい検査や治療が必要な場合は個別にお知らせしています。(歯科検診については、全員に結果をお知らせしています。) お早めに専門医等で受診されますようお願いいたします。

なお、受診結果につきましては、お知らせの用紙の下側「受診報告書」を医療機関にて記入していただき、学校まで提出してください。

また、すでに受診済みの疾病・異常等につきましても、学校医の指摘があったものについてはお知らせをしています。(例：アレルギー性鼻炎等) 受診等につきましては、主治医の指示に従い、検査・治療を受けていただきますようお願いいたします。 定期受診の際などに「受診報告書」を記入していただき、現在の様子などについて学校までお知らせください。よろしくお願いいたします。