



げんきな子

ほけんだより（令和5年度）
第1号
令和5年4月10日
水戸市立渡里小学校



1年生をむかえ 新学期がスタートしました

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2年生以上の方、進級おめでとうございます。ひさしぶりの学校生活、そして、新しい友達や先生との出会いにドキドキしている子、今年はどんなことができるようになるかワクワクしている子、子どもたちの新鮮な気持ちが広がって、学校全体が生き生きとしているようです。

保健室では、子どもたちが元気に楽しく学校生活を送ることができるよう、いろいろなサポートをしていきます。けがや病気の手当てのほか、体について知りたいとき、心配なことや不安なことがあるときにも保健室を利用できます。

保健室は今年度も養護教諭が担当します。よろしくお願ひします。保健室の場所は、1号館1階の職員昇降口の隣になります。



【保健室からのお知らせとお願ひ】

- ◎ 4月から6月まで定期健康診断が行われます。調査票や準備物など、保護者の皆様には何かとお手数をおかけいたしますが、どうぞ協力をお願いいたします。
- ◎ 保健室では、学校でのけがなどの「応急手当」をします。緊急時には、医療機関で受診していただくこともあります。保護者の方に相談して対応しますので、よろしくお願ひします。
- ◎ 保健室で休養して様子をみるのは、30分～1時間くらいが目安です。それでもよくなるには、早退の処置をとります。早退の際には、保護者の方のお迎えをお願いいたします。
- ◎ 保健室で手当てを受けたときには、ご家庭でも体の様子をよくみていただき、経過観察をお願いいたします。また、翌日からの手当てはご家庭でお願いいたします。



登校前の健康観察をしましょう

体調が悪いといって保健室に来る子どもたちの中には「朝から」、「昨日（もっと前）から」体調が悪かったという子がいます。体調が悪いのに無理をして登校すると、高熱が出たり、病気が治るのが遅くなったりすることもあります。朝晩の体温測定を習慣化して、体調の変化に早く気がつけるようにしましょう。

そして、体調がよくないときには無理に登校させずに自宅で休養させてください。なお、欠席等の連絡につきましては、「マチコミ」の「お休み連絡」機能が利用できます。欠席の理由につきましては、発熱の有無や体調不良等の状況について、詳しくお知らせいただくと助かります。



今月の保健目標

- ・ 自分のからだを知ろう。

今月の安全目標

- ・ 登下校の安全に気をつけよう。

学校では4月から6月にかけて健康診断を行います。健康診断は、学校生活を元気に送るために、体の健康状態や成長の様子を知る大切な機会です。子どもたちには、それぞれの検査で何を調べているのかを知り、自分の体に興味をもってほしいと思います。



4月の健康診断の日程をお知らせします

11日(火)	体位測定(6年生、5年生)
12日(水)	体位測定(4年生、3年生)
13日(木)	歯科健康診断(6年生、4年1組・2組)
17日(月)	体位測定(2年生)
18日(火)	体位測定(1年生)
	内科健康診断(5年生、6年1組・2組)
19日(水)	視力検査(6年生)
20日(木)	視力検査(5年生)
21日(金)	視力検査(4年生)
24日(月)	心臓検診(1年生)
25日(火)	視力検査(3年生)
	内科健康診断(4年生、6年3組)
26日(水)	視力検査(2年生)
27日(木)	尿検査(全学年)
28日(金)	視力検査(1年生)



【体位測定】

- 半袖の体操服で測定します。忘れずに持ってきてきましょう。(体操服には名前はきちんと書かれていますか？また、クラスは新しいクラスになっているでしょうか？)
- 身長を測りますので、髪をしばる場合には、測定のじゃまにならないようにしましょう。

【視力検査】

- めがねを使用している人は、忘れずに持って来てください。

【歯科検診】

- 当日の朝は、いつも以上にていねいに歯みがきをしてきましょう。

