



ほけんだより

令和3年4月
大沢小学校 保健室
～ はや はや あさ
早ね・早起き・朝ごはん～

にゅうがく しんきゅう

入学・進級おめでとうございます



4月から大沢小学校にまいりました養護教諭の湯澤理恵です。
みなさんとの出会いをとても楽しみにしていました。
一人一人のからだと心を大切に、元気に毎日を過ごせるようお手伝いして
いきます。これから、どうぞよろしくお願ひします。

4月の保健目標

自分のからだの様子を知ろう

こんなとき、保健室に来てください

からだ けがや体のぐあいが悪いとき

「いつから、どこが、何で、
どんなふうに」けがしたか、
はっきりと話してください。



からだ へんきょう 心や体の勉強をしたいとき

保健室には体についての本が
あります。また、みんなの
質問にもお答えします。



自分の体を知りたいとき

自分の身長や体重などを測つ
てみたいとき、休み時間に来
てください。



はなし 話がしたいとき

悩みがある、悲しい、うれしい、
感動した、おもしろい。そんな
ときに気軽に話に来てください。



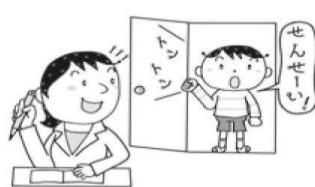
保健室利用についての約束

① 休み時間に利用しよう

(授業に遅れそうなときは
次の授業の先生に断る。)



② ノックとあいさつを して、自分の用件を はっきり言おう



③ 先生の指示を守ろう

(勝手にベッドにねころんだり、
やくひん 薬品や器具にさわってはいけま
せん。)



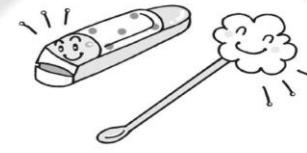
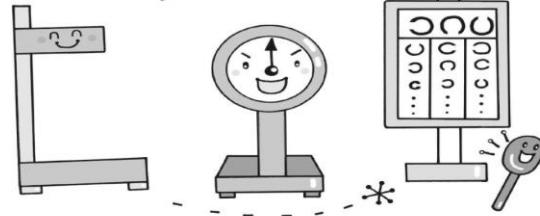
④ 保健室に先生がいない ときは職員室の先生へ もう 申し出る



保健室で手あてを受けたときは、おうちの人に話しましょう。

健康診断が はじまります

【健康診断を受けるときの注意】



・つめ切り、耳そじなどは忘れずに。

・お風呂に入って体をせいけつにしておきましょう。



・めがねを使っている人は、忘れずに持ってきてください。



～おうちの方へ～

健康診断を行う前に調査票や検査用紙を配付します。提出期日のご確認をお願いいたします。



～4月の予定～（おうちの方と一緒に見てください）



月日（曜日）	検診・検査	対象学年	気を付けることなど
4月14日（水）	身体計測（身長・体重）	4・5・6年生	半袖・半ズボンの準備と、頭の上に結び目を作らないようお願いします。
4月15日（木）	身体測定（身長・体重）	1・2・3年生	
4月16日（金）	視力検査	1・2・3年生	ハンカチで目を隠します。
	聴力検査		耳掃除をしておいてください。
4月19日（月）	視力検査	4・5・6年生	ハンカチで目を隠します。
	聴力検査	5年生	耳掃除をしておいてください。
	色覚検査	4年生（希望者）	見え方に不安のある場合は、隨時ご相談ください。
4月21日（水）	内科検診	2・4・6年生	1・3・5年生は、5月12日（水）に実施します。
4月23日（金）	腎臓検診1次（尿検査）	全学年	容器は4月21日（水）に配付します。

検査にあたっては、以下のように、お子さんが安心して受けられる環境を整えます。

- ①衣服を脱いで実施するものは、全ての学年で男女別に実施します。
- ②つい立て等を使い、プライバシーに十分配慮します。

まいあさのけんこうかんさつをおねがいします。

寝起きはどうでしたか？

顔色はよいですか？

痛いところはありませんか？

食欲はありますか？

だるくありませんか？

便は出ましたか？

熱はありませんか？



※いつもと様子が違うときは、無理をしないで様子を見てください。

※まいあさ 検温カードに御記入をお願いします。