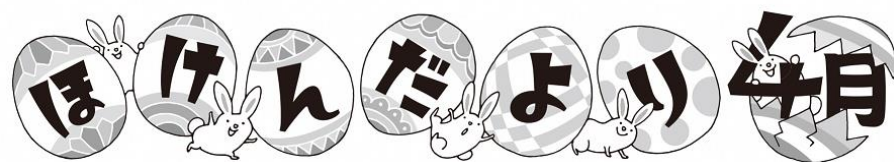


おうちの人といっしょによみましょう★



令和3年4月7日  
横浜市立 荏田小学校  
校長 伊藤 智樹  
養護教諭

## にゅうがく しんきゅう ご入学・ご進級おめでとうございます！！

荏田小学校の皆さん初めまして。

ようごきょうゆ ほけんしつ せんせい  
養護教諭（保健室の先生）の 　　です。

みなさんが元気に、楽しい学校生活を送れるように、  
お手伝いします。よろしくお願いします！！



4月は新しいことがいっぱいですね。

あたらしきともだち あたらしきあたら せんせい  
新しい友達、新しいクラス、新しい先生。

ワクワクすることも、緊張することも、不安になることもあると思います。

がんばりすぎて疲れたかな？と思ったら、ゆっくりする時間も作りましょう！

### ほけんしつ とき い 保健室ってどんな時に行くところ？



ケガをしたとき



ぐあいがわるいとき



そうだんしたいとき

## 保健関係調査票、問診票 提出のお願い

### 1年生 保護者の皆様へ

「横浜市立学校児童・生徒心臓病調査票」のご提出をお願いいたします。  
令和3年度の児童生徒心臓検診は4月30日（金）の実施を予定しております。  
対象は1年生と昨年度受診できなかったお子様です。  
健診センターより検査技師さんが来校し、図書室にて心電図をとります。  
今回ご提出していただく心臓病調査票と心電図をもとに心臓検診を行ないます。

### 1～6年生 保護者の皆様へ

「児童保健調査票、眼科保健調査票」のご提出をお願いいたします。

### 児童保健調査票の内容について

お子様の健康状態を知る上で大切な資料です。学年の該当欄に記入・確認押印  
または、サインをお願いいたします。  
また、緊急連絡先の変更があったご家庭は、訂正をお忘れなくお願いいたします。  
「結核について」は書き忘れが多いのでご注意ください。結核検診の問診です。

### 6年生 保護者の皆様へ

「歯・口腔健康診断問診票」のご提出をお願いいたします。  
5月の歯科検診の際に使用いたします。

いずれも4月8日（木）に担任へご提出ください。

## 感染症予防のお願い

日頃より健康管理のご協力ありがとうございます。  
感染症予防の観点からも発熱や風邪症状等の体調不良でのお迎えをお願いする機会が  
多くなってくることが予想されます。ご協力よろしくお願いいたします。





# けんこうしんだん 健康診断がはじまります



いよいよ健康診断がスタートします！自分の体のことを知る大切な機会です。健康診断では自分でも気がついていない病気が見つかることがあります。病気に気づかないままだと、そのまま放っておくことになります。だからこそ、この健康診断はとても大切です。ただし、健康診断でできることは「見つける」ところまでです。健康診断で異常が見つかったときは早めにお医者さんに診ていただきましょう！！

### 身体計測

からだの成長のようすがわかります

### 身体測定時に注意すること

ポニーテールやおだんごヘアは  
ほどいて左右に  
結んでおきましょう

### こんな時は注意信号

- 身長に比べて体重が極端に少ない
- 身長は伸びているのに、体重がほとんど増えていない、または減っている
- 身長に比べて体重が極端に多い
- 身長はほとんど伸びていないのに、体重が極端に増加している

### 視力検査

目は十分見えているかな？

### 視力検査の注意事項

メガネやコンタクトレンズを普段使っている人は、当日必ず持ってきて下さい

視力検査は4つの指標で表します

A 1.0以上	学校の生活をするのに十分な視力です	
B 0.7~0.9	黒板の文字を見るなど学校の生活には困りませんが、定期的なチェックが必要です	
C 0.6~0.3	教室の後方から黒板の文字が見えにくい視力です	
D 0.2以下	教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です	

### 聴力検査

耳は十分聞こえているかな？

「25デシベル 4000ヘルツ」と「30デシベル 1000ヘルツ」の2つの音をヘッドホンをつけて聞きます。右耳と左耳の片耳ずつ聞いて、音が聞こえたら手をあげます。

### 内科検診

からだに病気や異常はないかな？

### こんなことを調べます！

- ① 心臓や呼吸器に異常はないか
- ② 栄養状態(全身の様子や貧血)に異常はないか
- ③ 皮膚の状態に異常はないか
- ④ 脊柱、胸郭、四肢に異常はないか

### 【4月の保健行事】

※健康診断は校医の先生のご都合や行事など変更する場合もございます。ご了承ください。

身体計測：8日(木) 2・3・5年 9日(火) 4・6年、3・4組  
 ※1年生は学年だより等で日程をお知らせいたします。  
 ……体育着を持ってきます。

視力検査：13日(火) 2・3年 14日(水) 4・6年、3・4組  
15日(月) 5年  
 ※1年生は学年だより等で日程をお知らせいたします。  
 ……めがねをかけている人はめがねを忘れずに。めがねを忘れた場合は別日に検査します。

聴力検査(4・6年生以外対象)：16日(金) 2・3年、3・4組  
19日(月) 1・5年

心臓病検診：30日(金) 1年、昨年度未受診者  
 ……体育着を持ってきます。