

# ほけんだより 4月

平成31年4月8日  
 横浜市立山内小学校  
 校長 佐藤正淳  
 養護教諭 田辺絹恵

## 入学・進級おめでとうございます!

新しい学年がスタートしました。新しい出会いを大切に、良い一年にしていきたいと思います。みなさんが毎日笑顔で元気に過ごせるよう、保健室ではお手伝いしていきます。また、「ほけんだより」では保健に関する行事や心とからだの健康についてお知らせしていきます。

**包帯やピンセットは何に使うの?**



けがの応急手当てに使用します  
 手当てを受けるときは「いつ」「どこで」「何をしています」けがをしたのか、くわしく教えてくださいね。

**冷蔵庫には、何が入ってるの?**



湿布や氷が入っています  
 応急手当てに使う湿布や氷が入っています。おうちの冷蔵庫とはちがうから、勝手に開けないでね。

**ベッドがあるよ!**



ぐあいの悪い人が、休むためです  
 学校で体のぐあいが悪くなったとき、ベッドで休むことがあります。休んでいる人がいるときは静かにしてね。

**身長や体重をはかっているの?**



自分の体の変化が分かります  
 先生に許可をもらってください。みんなで使うものだから、順序よく、ていねいにあつかいましょう。

**本がたくさんあるね。**



健康や体についての本があります  
 健康や体について、きょうみを持つのは、とてもよいことです。保健室の本は、保健室の中で読んでくださいね。

**ソファーもある!**



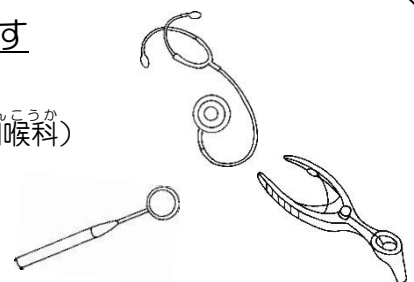
みんながホッとできるように  
 リラックスして話ができるコーナーもあります。心配なことや悩みごとの相談にもありますよ。

## 保護者の方へ

- 新学期のスタート、子ども達は元気に見えても実は緊張していて、心もからだも疲れやすくなっています。生活リズムを整えるとともに、「学校は楽しかった?」「つかれてない?」など、さりげなく声をかけてあげてください。からだの不調があるときは、無理せずにゆっくり休ませてあげてください。気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。
- 学校管理下（登下校中を含む）での思わぬけがの共済制度として、日本スポーツ振興センターがあります。けがをされた場合は担任または養護教諭までご相談ください。  
 学校管理外（家の中や、休日等）でのけがについては、横浜市安全教育振興会の見舞金給付の対象になる場合があります。担任を通して副校長までご相談ください。

### 校医の先生方を紹介します

内科	中山 麻里	先生	(えのきがおか内科医院)
耳鼻科	五味 潤	先生	(たまプラーザ南口耳鼻咽喉科)
眼科	小野 恵都子	先生	(恵愛眼科)
歯科	服部 真人	先生	(服部歯科医院)
薬剤師	波紫 祐哉	先生	(あす香薬局)



# 健康診断があります

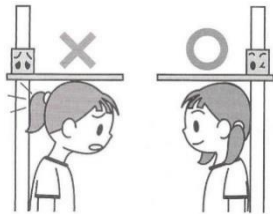
成長の様子や、治すべき病気がないかを調べ、元気に学校生活を過ごせるように、健康診断を行います。日にちについては学年だよりで確認してください。

## 発育測定

全学年

身長と体重を測ります。体育着を着て行います。

計測のじまになるので、ポニーテールや頭のうえで結ぶような髪型は避けてください。



## 視力検査

全学年

視力表を使って、おおよその視力を調べます。0.3と0.7と1.0が見えるかを検査し、結果はA(1.0以上)、B(0.7~1.0未満)、C(0.3~0.7未満)、D(0.3未満)の四段階でお知らせします。めがねを持っている人は、かけて検査します。



## 内科健診

全学年

(1、2、5、6年は5月に行います)

学校医の先生に診ていただきます。心臓や肺の働きをちょうし器で聴いたり、皮ふや背骨、胸の状態や、栄養が十分とれているかなどを診たりしてもらいます。体育着を着て行います。前の日にお風呂で体を洗って清潔にしておきましょう。

## 尿検査

全学年

19日(金)に検査セットを配ります。22日(月)の朝、起きてすぐの尿を採って提出してください。尿にたんぱくや糖、血液が混じっていないかを調べ、腎臓の働きや糖尿病にかかっていないかなどを知る手がかりにします。

## 心臓検診

1年生、2年生の末検査者

心臓が動くときに出る、弱い電流を記録する「心電図」という検査をします。心臓の働きに異常がないかを知る手がかりにします。手足や体にいくつか電極をつけますが、痛みはありません。1~2分で終わります。体育着を着て行います。前の日にお風呂で体を洗って清潔にしておきましょう。

## 歯科健診

全学年



(1、2、3年は5月に行います) 学校医の先生に診ていただきます。むし歯がないか、歯ぐきに病気はないか、歯並びやかみ合わせの様子をみてもらいます。朝ごはんの後、必ず歯をみがいてきましょう。6年生は歯・口腔健康診断問診票を後日配付しますので、記入して提出してください。

- 学校における健康診断は、お子様一人ひとりの発育・健康状態を把握し、充実した学校生活を過ごすために行われるものです。校医による治療ではありませんので、ご理解のほどよろしくお願ひします。また、持ち物や服装など、ご協力をよろしくお願ひします。
- 『治療のおすすめ』が配付されましたら、早めに専門医に受診され、結果をお知らせください。『受診報告書』は眼科(視力)、歯科を除き保護者の方が記入してください。
- 健康診断の結果については、全ての健康診断終了後にお渡しいたします。大切な成長の記録ですので健康手帳に貼付する等、保管されるようお願ひします。