ほけんだより4月

平成29年4月10日(月)
那覇小学校　保健室

「保健室」と「ほけんだより」どちらもよろしくお願いします！



入学・進級おめでとうございます！　保健室では、みなさんの『こころ』と『からだ』の健康を、保健の先生（「養護教諭」といいます）を中心に、いろいろな場面でサポートしていきます。どうぞよろしくお願いします。

こころ　からだ



そして、あなたがいま読んでいる「ほけんだより」。毎日をもっと元気に・健康にすごすために、そして、学校で勉強したり、運動したり、遊んだりするうえで気をつけてほしい・守ってほしいことを『こころ』や『からだ』につなげてお伝えします。知っているとトクする、ちょっとじまんできる、そんな情報もあるかも…？　わかりやすく、楽しいたよりを心がけていきますので、こちらもよろしくお願いします！

養護教諭の金城ひろみです。
よろしくお願いします。

学校医の先生方を紹介します

今年度もお世話になります。

- ●内　科：仲地　紀之　先生
- ●歯　科：古堅　信　先生
- ●薬剤師：新垣　秀子　先生

保健室でできること

●一時的な休養

体温を測ったり、ベッドで休養することはできますが、薬を飲ませることはできません。

体温が37.5℃以上のときや下痢・おう吐がみられるとき、休養しても回復しないときは、お迎えをお願いします。

●けがの応急手当て

軽い傷の応急手当てをします。けがの程度が重いときは、ご家庭に連絡し、医療機関受診をお願いします。

保健室で手当てを行なった場合も、傷の状態を必ずご確認いただき、必要に応じて医療機関に受診してください。

4月の保健目標

体の様子を知ろう

健康診断が始まります



※詳しい日程等は、裏面をご覧下さい。

健康診断を受けるのは、なぜ？

▶自分の体を**知る**ため



成長や健康の様子を知る手がかりになります。

▶自分の健康を**守る**ため



くわしい検査や治療を受けるきっかけになります。

▶健康な体を**育てる**ため



より健康に過ごせるよう考える機会になります。

おうちのかたへ

○学校で元気よく過ごせるために…

『早ね・早おき・朝ごはん』

子どもにとって「早ね早おき」「朝ごはん」は、体の成長だけでなく学力向上、そして心の安定にも密接に関連しているといわれています。実践するのが大変なときもあるかと思いますが、せめて小学校の間は、何かと時間をやりくり工夫しながら、「子ども優先の生活」にしていくことを意識していただきたいなぁと思っています。

○とくに新学期は、お子さんの様子をよくみてあげましょう。

４月～５月頃までの子どもたちは、個人差はあれど『環境の変化に圧倒されながらもがんばっている』状態です。不安・緊張などから心身ともに不安定になりやすいこの時期、普段以上に体調管理に気配りしてください。習い事や週末の外出など良かれと思って入れた予定がさらに疲れさせることもありますので、注意が必要です。



登校前の健康観察で体調が良くないときは、無理させずに学校を休ませましょう。

欠席する場合は、必ず学校まで連絡をお願いします。

気にかけながらも送り出す際は、小さなことでも担任へご連絡ください。また、早退することも予想し連絡がつくようにしていて下さい。

平成 29 年４月７日

保護者の皆様へ

学校教育課長

平成 29 年度におけるぎょう虫検査の実施について（ご連絡）

保護者のみなさまにおかれましては、ますますご健勝のことと存じます。

みだしのことについて、学校保健安全法施行規則の一部改正に伴い、寄生虫卵の有無の検査が児童の定期健康診断の必須項目から削除されております。しかしながら、当市においてはぎょう虫の検出率が高い地域特性を鑑み、検査を実施いたしますことをお知らせします。

☆健康診断の日程☆

月	日	曜	項目と目的	学年	気をつけること
4	11	火	**発育測定** （身長・体重） からだが、どのくらい成長したか、バランスよく成長しているかをみます。	２年	体育着（上下）を準備します。
	12	水		３年	
	13	木		４年	
	14	金		５年	
	17	月		１年	
	19	水		６年	
	24	月	**歯科検診** あご関節・歯並び・むし歯・歯ぐきの状態や歯の汚れなどを調べます。	2･5･6 年	朝、ていねいに歯みがきをしてください。
	25	火		1･3･4 年	
	26	水	**ぎょう虫検査**（提出） ぎょう虫がいないか調べます。	全員	起床後すぐに、セロハンを肛門につけて採取します。２日間同じようにします。
	27	木			
	26	水	**尿検査**（提出） 腎臓や糖尿病などを早くみつけるための大切な検査です。	全員	朝起きてすぐの尿をとります。登校したらすぐに提出します。
	27	木			
5	8	月	**心電図検査** 心臓がうまく働いているかを調べ、突然起こる心臓の異常を防ぐために検査します。	１年	体育着（上下）を準備します。
	9	火	**聴力検査** 聞こえにくくなっていないかを調べます。	２年	前日までに耳そうじをしておきましょう。
	10	水		３年	
	12	金		４年	
	17	水		５年	
	16	火	**視力検査** どのくらい見えるのか調べます。	全員	メガネ使用者は忘れずに持ってきます。
6	8	木	**内科検診・結核検診・運動器検診** ・栄養状態・貧血・皮ふ・脊柱や胸郭・心臓の状態などを総合的に診察します。 ・結核にかかっている可能性がないかみます。	全員	体育着（上下）を準備します。
	9	金			

※関連する提出物→記入もれがないよう、ご協力よろしくお願いします。

・２～６年：保健調査票（前年度で配布済み）、結核問診票、運動器検診問診票

・１年：保健調査票、結核問診票、運動器検診問診票、心臓検診調査票

・３月までに提出していない者：学校給食における食物アレルギー調査

＜担当＞
那覇市教育委員会
学校教育課　企画・特別支援グループ
担　当：玉城
電　話：098-917-3506
ＦＡＸ：098-917-3522