

ひだまり

ほけんだより No.1

上市町立陽南小学校

令和5年4月10日



ご進級・ご入学、おめでとうございます！



新しい学年となり、子供たちは新しい気持ちで張り切っていることと思います。子供たちが元気に登校し活動することができますよう、おうちの方のご協力をお願いします。

感染症対策として、引き続き学校では手洗い、消毒、教室の換気等を行っていきます。ご家庭では、毎朝お子さんの健康観察を丁寧にいただき、発熱（37.5℃以上）等の風邪の症状が見られましたら、無理をせずに自宅で休養させていただきますようお願いいたします。



その症状、体調不良のサインかも!?

朝の健康チェック

こんなところを見てあげてください。



顔・表情	顔色が悪い、ぼんやりしている
鼻	鼻水・鼻づまりがある
のど	赤くなっている、咳が出る
皮膚	腫れている、ジクジクしている
尿・便	回数が多い、においや色が違う
食欲	普段より食べる量が少ない、吐く
睡眠	夜中に何度も起きる、目覚めが悪い

当てはまるものがあれば、
体調不良のサイン
かもしれません



また、すぐに受診したり
お休みするほどではない場合
も、気になることがあれば
お知らせくださいね。

学校でケガをしたときは

災害共済給付制度

を利用できます



総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払いが1,500円）以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。

お世話になる学校医の先生

学校医	池田 正 先生
学校歯科医	加藤 弘直 先生
学校薬剤師	角 修 先生
眼科	山崎 清彦 先生
耳鼻科	石田 正幸 先生



かつ そくてい けんこうしんだん よてい 4月の測定や健康診断の予定

1学期にはたくさんの健康診断があります。

健康診断には、持ち物等の準備が必要な場合があります。しっかり連絡を確認しましょう。

こうもく 項目	にってい 日程	ほけんしつ ね が どう 保健室からのお願い等
しんたいけいそく 身体計測 しりよくそくてい 視力測定 ちようりよくけんさ 聴力検査 	【1・2・3年】 4月13日（木）	たいいくふく はんそで はん ・体育服の半袖、半ズボンで測定します。 からだ せいけつ ・体を清潔にしましょう。 てあし なが かくにん き ・手足のつめの長さも確認します。切ってきましょう。 めがね ある人 は 忘れず 持ってきましょう。 まえがみ め ・前髪が目にかからないようにしましょう。 みみ ・耳のそうじをしておきましょう。  
	【4・5・6年】 4月17日（月）	
にようけんさ 尿検査	4月25日（火） 予備日4月26日（水）	ようき はいふ ・24日（月）に容器を配布します。 あさ お によう わす ・25日（火）の朝、起きてすぐの尿を、忘れずにと採りましょう。
じ び かけんしん 耳鼻科検診	4月28日（金）	じぜん ちんしんひよう はいふ ・事前に問診票を配布します。 みみ み かみかた ・耳が見える髪型をしましょう。

ほけんしつ
こんなときに保健室を
りよう
利用できます

ようごじょきようゆ
養護助教諭の
かなもり ちひろ
金盛 千尋です。
よろしくおねがいします。



ケガをしたとき

いつ・どこで
なに
・何をしていた
ケガをしたのか、
くわ おし
詳しく教えて
くださいね。



からだ
体のことを
知りたいとき

たん にん せんせい つた
担任の先生に伝
えてから、保健室
ほけんしつ
にきてください。



たいちよう わる
体調が悪いとき



なや
悩んでいる
ことがあるとき