



ほけんだより

令和5年4月10日 NO. 1
さいたま市立馬宮西小学校 保健室



ほけんだ
よりは、
うちの
ひとと一緒
に読みま
しょう。

4月の保健目標『自分の体を知ろう』

入学・進級おめでとうございます！



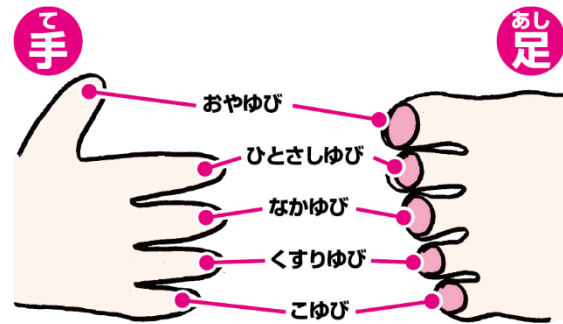
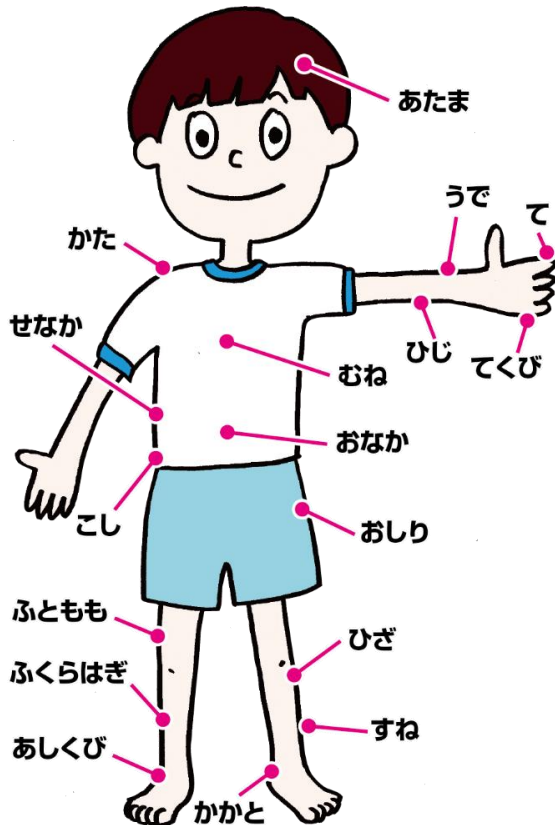
いよいよ新しい学年がスタートします。4月は、ドキドキやワクワクがたくさんあり、気づかないうちに疲れがたまっていきます。そんな時は無理をせず、早寝早起きを心がけましょう。

この「ほけんだより」では、毎日健康に過ごすためのポイントなどをお知らせします。うちの人と一緒によんでくださいね。

みなさんが、心も体も元気に過ごせるように、保健室からサポートしていきます。たくさんお話ししましょう！
今年度もどうぞよろしくお願いいたします！



体の名前 言えるかな？



体の名前をおぼえたら、体の様子を上手に説明できるようになります。

けがをしたのは
みぎひじです。



こんなときは保健室へ

保健室に来るときは担任の先生にお話してから来てね!!

けがをしったり体の具合が悪くなったとき

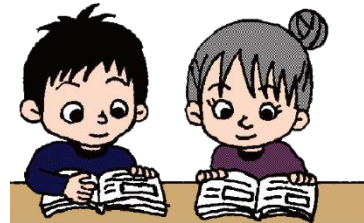


心配事や相談があるとき



先生ー！聞いてください！

体や健康について知りたいとき



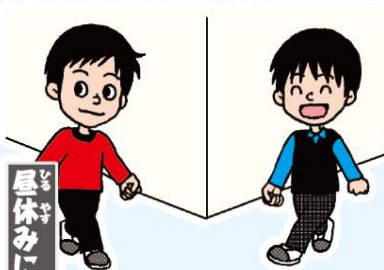
保健室を利用するときは...

ただ正しい手当てをしてもらうために、こんなふうにお話してね。

- 『いつ』
- 『どこで』
- 『なにをされていて』
- 『どこが』
- 『どんなふうに』

を正しくはっきり言えるようにしましょう！

① いつ
けがをしましたか？



登校中 業間休み
() 時間目の授業中
昼休み そうじ

② どこで
けがをしましたか？



校庭 教室 ろうか
階段 体育館 しょうこうち
通学路 トイレ

⑤ どんなふうに
痛みますか？



ズキズキする

ズキズキ ヒリヒリ
ジーンとしびれる
だんだん痛くなってきた

④ どこが
痛いですか？



おでこ

頭 目 耳 鼻 歯 首
うで ひじ 手首 指 背中
おなか ひざ すね 足首

③ なにをされていて
どうなりましたか？



走っていて友だちとぶつかった

転んで ひねって 落ちて
ぶつかって 走っていて
はさんで ジャンプして

※裏面に続きます。

保護者の方へ

感染症対策について

健康観察・体温記録票の記入


※今後の動向により、対応が変更になることがあります。その際は、別途ご連絡します。




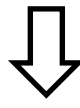
元気な人
【持ち物】

- 体温記録票
- ハンカチ・ティッシュ
- マスク（必要な人）

※給食時に使用するマスクは必ずご準備ください。



体調がわるい人
発熱や風邪症状（咳・のどの痛み・頭痛・下痢だるさ等）がある
⇒出席停止扱いになります。

無理せずお休みしましょう

※学校に電話連絡をお願いします。
（8：00～8：15）

体温記録票の確認・チェック

※心配な症状がある場合は、かかりつけの医院を受診し、指示を仰いでください。



学校で体調が悪くなった時

- ・発熱、風邪様症状、その他体調不良で、回復しない場合はお迎えに来ていただきますのでご了承ください。



けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります

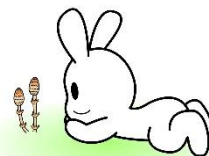


<健康診断日程>			
4月12日（水）	発育測定	4月26日（水）	歯科健診
4月13日（木）	聴力検査	4月26日（水）	内科検診
4月17日（月）	視力検査	4月27日（木）	眼科検診
4月19日（水）	心臓検診（1・4年）	5月10日（水）	尿検査1次回収日
4月20日（木）	耳鼻科検診	5月11日（木）	尿検査1次予備日
4月24日（月）	色覚検査（1・4年・希望者）		

※健康診断に際して、問診票の提出があります。記入漏れのないようお願いいたします。

お知らせとお願い

保健室で行う応急処置は、医療機関または保護者の方に引き継ぐまでの処置、あるいは一般医療の対象とならない程度の軽微なものになります。



◎ けがや体調不良の連絡について

経過観察の必要がある場合や、その後の様子で受診が必要になる可能性がある場合、担任を通して学校でのお子さんの様子をお伝えします。ご家庭でも、様子をみていただくようお願いいたします。



お世話になる学校医の先生方

内科	中山 桂司 先生
	川口 里江子 先生
耳鼻科	中村 真美子 先生
眼科	下川 良一 先生
歯科	前川 和成 先生
薬剤師	岸田 誠 先生

どうぞよろしくおねがいします

スポーツ振興センターについて

学校の管理下で発生した児童の負傷等の災害に対して、医療費が給付される制度です。

申請に必要な書類がありますので、学校のけがで医療機関を受診する際は、必ず学校までご連絡ください。また、スポーツ振興センターを利用する場合、病院の窓口で学校管理下のけがであることをお伝えください。



保健関係提出物について

配布回収物	配布日⇒回収日	備考
保健調査票・緊急連絡票	4月10日(月)配布 ⇒4月12日(水)回収 ※すべて黄色の個人封筒に入れて提出してください。	加除修正をしてください。
結核に関する問診票		該当学年部分を回答してください。
運動器・脊柱側弯症問診票		該当学年部分を回答してください。
耳鼻科アンケート		記入漏れのないよう回答してください。
心臓検診調査票(1・4年)		記入漏れのないよう回答してください。
色覚検査希望調査(1・4年)		1・4年以外で検査を希望の方は、担任までお知らせください。
スポーツ振興センター同意書(1年生)		掛金は、5月に集金いたします。同意書のみ提出してください。
スポーツ振興センター説明書(2年生以上)	2年生以上は、入学時に同意書をいただいておりますので、掛金は5月に集金させていただきます。	