ほけんだより 4月

Ｒ３．４月　大府市立神田小学校

今月の保健目標

「自分のからだをよく知ろう」

入学・進級おめでとうございます。今年も「健康第一」で、元気にすごせるよう目標を考えてみましょう。難しい目標ではなくていいです。昨年度を振り返り、「食後は必ず歯をみがく」「30分早く寝る」などがんばればできそうな目標にしてみましょう。それをぜひ実行にうつして、「健康度アップ」をめざしていきましょう。

健康診断が始まります

＊おうちの人と一緒に読んでね。

健康診断は、１年に１回、自分の体についてチェックする貴重な時間です。①成長の様子や体の状態を知る②異常・病気を見つけ、早く治せる③健康に生活するための目標がわかるなど目的があります。受けるだけでなく、健康ですごすためによい事を、少しずつでもしていけるといいですね。

なお、病気や異常が見つかった時は、早めにお医者さんでみてもらいましょう。

項目	月日	対象学年	注意すること、その他
身体測定	４／　９（金） ４／１２（月） ４／１３（火）	２・３年 ４・５年 １・６年	・身長、体重を測ります。**健康手帳**、**体操服**（半そで体操シャツ、ハーフパンツ）で測定をします。 ・**頭の上や後ろで、髪の毛を結ばないように。**
視力・聴力検査 （1・2・3・5年）	４／１５（木） ４／１６（金） ４／２０（火） ４／２１（水） ４／２６（月）	１の１、 １の２、５年 １の３、２年 ３年 あすなろ	・**めがね**を持っている人は、忘れずにめがねを持ってきましょう。 ・耳のそうじをしてきましょう。
視力検査 （4・6年）	４／１５（木） ４／１９（月）	６年 ４年	・**めがね**を持っている人は、忘れずに。
検尿	回収日５／１０（月）、１１（火）、１２（水） 再検査６／３（木）	全学年	・朝起きてからすぐの尿をとります。
内科検診	５／１１（火） ５／１８（火）	２・４・６年 １・３・５年	・体操服を持ってきます。
歯科検診	４／２３（金） ５／　６（木） ５／　７（金） ５／１３（木） ５／１４（金）	６年 ４年 ５年 ３年 １・２年	・歯科検診アンケートを配ります。 ・歯をしっかりとみがいてきましょう。
心電図検査	５／１２（水）	１・４年	４／１９（月）に調査票を配ります。

コロナウイルス対策について

お家の方もよくお読みください。

変異ウイルスも出ており、油断せず引き続き十分な予防が必要です。学校は集団の場なので、感染が広がらないよう、児童、保護者の方、両方で協力し、コロナウイルスにたち向かっていきましょう。

＊毎日検温し、「健康チェック表」に記入し、持ってきます。朝37.5度以上ある場合はもちろん、37.5度未満でも体調が悪い場合や家族で体調が悪い人がいる場合は欠席し、休養して早く治すようお願いします。「家族で体調が悪い人がいる場合のお休み」は欠席扱いになりません。

＊健康チェック表は毎日保護者が確認し、「保護者チェック」にサインや印鑑などお願いします。

＊十分な栄養・睡眠・適度な運動に心がけ、抵抗力が下がらないようにしましょう。

＊手洗い・うがい・咳エチケットに心がけましょう。毎日きれいなハンカチを身につけることを習慣にし、マスクも必ずつけてきましょう。

よろしくお願いします

本年度も**谷澤恵子**が担当していきます。安心、元気、笑顔になれる保健室をめざし、皆さんが毎日健康で楽しい学校生活と、健康な生活習慣が身につくお手伝いをしていきたいと思います。何かありましたら、いつでも保健室へ声をかけてください。よろしくお願いします。

学校医の紹介

今年度お世話になります。

- **学校医　赤堀先生（なだか山クリニック）**
  櫻井先生(大府こころのクリニック)　平島先生(ひらしま整形外科)
- **学校歯科医　熊谷先生（くまがい歯科）　尾関先生（寺田歯科医院）**
- **学校薬剤師　渡部先生（おかざき調剤薬局）**

～　おうちのかたへ　～

＊個人の情報を大切にするため、㊙の保健の封筒を使用しています。学年が上がっても使用していきます。春は提出物も多くなりますが、期限を守って必ず提出してくださるようご協力をお願いします。なお、体のことで相談したいことがある場合は、お知らせください。

＊お子さんの体調等で、家庭への連絡が必要と判断した場合、「健康管理・指導カード」や「家庭調査票」の緊急連絡先をもとに保護者の方へ連絡をさせていただきます。ご承知おきください。また、携帯番号や勤め先が変更になった場合は、その都度、学校にご連絡ください。

＊学校で衣服を借りた場合は、お手数ですが、洗濯後、返却してください。ただし、下着（パンツ）を借りた場合は、衛生上、学校で着用させた下着と同じサイズの新品を返却してください。

＊今年度もスクールカウンセラーの相談日があります。困ったことや心配なことがある方は、お気軽にご相談ください。詳しくは、後日お知らせを配付します。