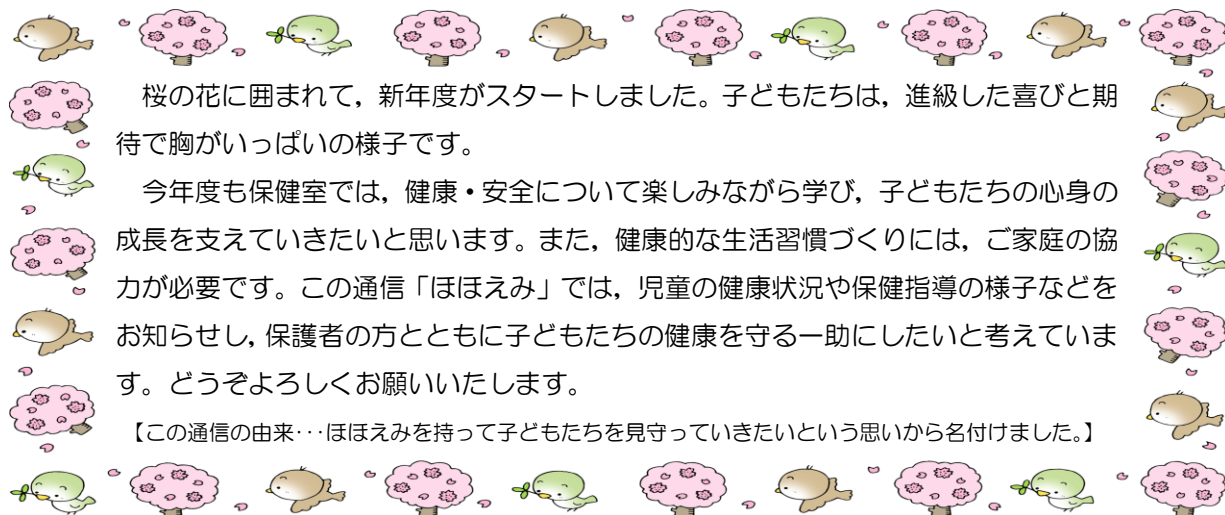


保健室便り

# ほほえみ No.1

平成 28 年 4 月 7 日 阿見第二小学校保健室





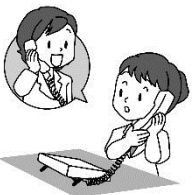

桜の花に囲まれて、新年度がスタートしました。子どもたちは、進級した喜びと期待で胸がいっぱいの様子です。

今年度も保健室では、健康・安全について楽しみながら学び、子どもたちの心身の成長を支えていきたいと思えます。また、健康的な生活習慣づくりには、ご家庭の協力が必要です。この通信「ほほえみ」では、児童の健康状況や保健指導の様子などをお知らせし、保護者の方とともに子どもたちの健康を守る一助にしたいと考えています。どうぞよろしくお願ひいたします。

【この通信の由来…ほほえみを持って子どもたちを見守っていききたいという思いから名付けました。】







## 子どもたちの健康・安全を守るために

子どもたちが、健康に安全に学校生活が送れるよう、次の4つのことにご協力をお願いいたします。

|   |   |
|---|---|
| <p>①毎朝、家庭で健康観察を</p>  <p>ぐあいが悪いまま登校すると、お子さんの体調が悪化するだけでなく、他の児童に感染が広がってしまうことがあります。</p>                  | <p>③「早寝・早起き・朝ごはん」と、運動を</p>  <p>学力向上や情緒の安定には、「早寝・早起き・朝ごはん」が欠かせません。運動をすることで、早寝・早起き・朝ごはんが定着しやすくなります。</p>                        |
| <p>②欠席・遅刻・早退させる際は、必ず連絡を</p>  <p>連絡なしの欠席・遅刻・早退は、お子さんの健康・安全面等の状況が把握できず、とても心配です。必ず、連絡帳か電話で連絡してください。</p> | <p>④ポケットのある服装、下着の着用を</p>  <p>病気予防の基本は、手洗いです。ハンカチをいつも携帯できるよう、ポケットのある服をできるだけ着させてください。かぜや熱中症予防にも、下着が有効です。年間を通して下着を着させてください。</p> |

## 健康診断が始まります

今週から健康診断が始まります。検査が正確に、スムーズに行えるよう、下記のご協力をお願いします。

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p>8 (金) 11 (月) 発育測定</p>  <p>全学年</p> <p>○長い髪は、2つしぼりか、横しぼり。<br/>○頭頂部ではしぼらないでください。</p> | <p>12 (火) 聴力検査</p>  <p>1・2・3・5年</p> <p>○前日は耳そうじをお願いします。<br/>○長い髪はしぼってください。</p> | <p>13 (水) 14 (木) 視力検査</p>  <p>全学年</p> <p>○前日は目を使いすぎないようにしましょう。<br/>○睡眠を十分とりましょう。<br/>○前髪が目にかからないように、ヘアピン等でとめておきましょう。</p> |
| <p>18 (月) 尿検査</p>  <p>全学年</p> <p>忘れないように容器をトイレのドアに貼り付けておきましょう。</p>                   | <p>26 (火) 眼科検診</p>  <p>全学年</p> <p>○前髪が目にかからないように。<br/>○朝、洗顔してきましょう。</p>        | <p>ご協力お願いいたします</p>   |

## 運動器検診（四肢の検診）について

けがをしやすい児童や、関節に障害を生じてしまう児童の存在を背景に、今年度から内科健診に運動器検診（四肢の検診）が加わりました。「健康管理カード」裏面の問診に「整形外科」として項目が加わっていますので、ご家庭でのチェックをお願いいたします。お答えいただいた情報をもとに学校医の先生にみていただく流れになります。ご協力をお願いいたします。

### 【チェックポイント】

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p>Q.腰の曲げ伸ばして痛みは?</p>  <p>関連する病気：脊椎分離症</p> | <p>Q.肩をさわられる？<br/>肘を伸ばしてきらきら星できる？</p>  <p>野球肘</p> | <p>Q.かかとをついたまましゃがみこみできる？</p>  <p>大体骨頭すべり症、パルス病、先天性股関節脱臼等</p> | <p>Q.片足立ちが5秒以上できる？</p>  |
|---|--|---|--|

|               |     |          |            |
|---------------|-----|----------|------------|
| 学校医の先生方を紹介します | 内科医 | 宮崎 賢治 先生 | 宮崎こどもクリニック |
|               | 歯科医 | 増野 周 先生  | 増野歯科医院     |
|               | 眼科医 | 坂田 千穂 先生 | つくば記念病院    |

【自己紹介】二小に来て5年目になりました。子どもたちの笑顔を守るよう、保健情報の迅速な発信や楽しく役立つ保健指導に努めていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。 第二小・養護教諭



