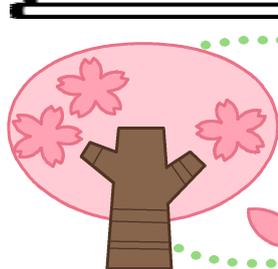


教育目標
たのしく
かしこく
せいっぱい

ほけんだより

令和6年4月8日
NO.1
富岡市立高瀬小学校
保健室



新入学・新進級
おめでとうございます

4月保健目標

自分の体を
知ろう

新しい学年がはじまりました。みんなの健康状態を知るための健康診断の時期になります。

毎日健康で過ごせるように、保護者の皆様と一緒に「チーム高瀬」として活動していきたいと思えます。御理解と御協力をよろしくお願ひします。

4月9日から健康診断が始まります。ほけんだよりの裏に日程や保健関係の書類の記入のお願いが書いてあります。御協力よろしくお願ひします。

学校医の先生方を紹介します

学校医 石川 昌 先生（石川胃腸科医院）
成清 匡子先生（富岡・成清医院）
竹原 健 先生（公立七日市病院）
学校歯科医 守谷 豪人先生（中町守谷歯科医院）
小野澤隆行先生（おのざわ歯科医院）
学校薬剤師 伊藤 敏明先生（カワチ薬局）
※眼科担当：宮本孝文先生（明瞳眼科クリニック）
※耳鼻科担当：滝田留美先生（滝田医院）

きたむら かずえ
養護教諭の北村 加寿江です。
よろしくお願ひします！

高瀬小学校2年目になります。

可愛い児童一人一人の心と体をつつめ、子どもたちのために「たのしく かしこく せいっぱい」頑張ります。

朝のスタートがかぎ



規則正しい生活で生活のリズムを整えて元気にすごしましょう。



① 早寝・早おきしよう

充分な睡眠時間をとり、早おきしよう。時間のゆとりをもって一日をスタートさせ、生活のリズムをつくろう。



② 朝ごはんを食べよう

朝ごはんは一日のエネルギーの源。脳と体にエネルギーを補充しよう。バランスの良い食事を心がけよう。



③ 食後の歯みがきをしよう

食事の後は、ていねいに歯みがきをしよう。特にねる前の歯みがきは大事です。1本1本をみがくつもりで念入に。



④ トイレによって登校しよう

朝ごはんを食べたらトイレに行く習慣をつけよう。タイミングをのがさないことが習慣のポイント。お腹スッキリで一日気持ちよくすごそう。

※朝の健康観察をお願いします。いつもと体調が違う場合は無理をしないようにお願いします。



ご協力をお願いします。

健康診断に関わる書類の記入と追加、訂正のお願い

★「保健調査票」と「定期健康診断問診票（結核検診・運動器検診）」を配付します。

★保健調査票（2年生から6年生）

緊急連絡先等の変更がある場合は訂正をお願いします。

今年度の学年の該当するところには「○」、該当しないところは「✓点」を記入してください。

★結核検診問診票（1年生から6年生）

該当する学年の欄に「はい」「いいえ」のどちらかあてはまるほうを「○」で囲んでください。1年生は「6 BCG 接種」についての質問がありますので、母子手帳を見るなどして、記入漏れのないようにお願いします。

★運動器検診問診票は、該当する学年の欄に「できる」「できない」のあてはまるほうを「○」で囲んでください。毎年のことになりますが、実際にお子さんの動作を見たり体を観察したりして、お子さんと一緒に記入してください。受診して異常なしや通院中であったとしても記入漏れのないように記入してください。

★4月15日(月)までに担任へ提出してください。

※1年生は、日本スポーツ振興センターの同意書と委任状の提出もお願いします。

4月の健康診断の予定

期 日	時 間	内 容	対象学年	
4月 9日(火)	1校時	身体測定 視力検査	6年生73人 桜2人(6・3年)	◆身体測定の 服装は、体操 着の半袖、短 パンです。 当日女子は、 頭頂部や後頭 部で髪を結ば ないようにご 協力をお願い します。 ◆視力検査の 時に、メガネ をかけている 人、持っている 人は、忘れ ずに用意して きてくださ い。
〃	2校時		5年生85人 5年生1人	
〃	3校時		4年生75人 4年生1人	
4月10日(水)	2校時		1年生83人 1年生1人	
〃	3校時		2年生66人 2年生2人	
〃	4校時		3年生68人 3年生1名星5人	
4月11日(木)	2校時	聴力検査 1・2・3 ・5年生	2年生66人	
〃	3校時		3年生68人	
4月12日(金)	1校時		星3人 桜5名	
〃	2校時	1年生83人		
〃	3校時	5年生85人		
4月24日(水)	13時20分	眼科検診 宮本先生	4年生79名	
4月23日(火)	登校後提出	検尿①高学年	456年	
4月24日(水)	〃	検尿①低学年	123年 桜星組	
4月25日(木)	〃	忘れた児童	前々日、前日忘れ児童(朝保健室へ)	
5月17日(金)	登校後提出	検尿②	上記1回目の陽性者(朝保健室へ)	

※尿検査の前日には、容器と尿検査についてのほけんだよりを配付します。忘れないようにお願いします。

※5月からの予定は、ほけんだよりでもお知らせします。

※今年度から4年生でも心臓検診があります。詳しいことは、2学期にお知らせします。

