

ほけんだより 4月

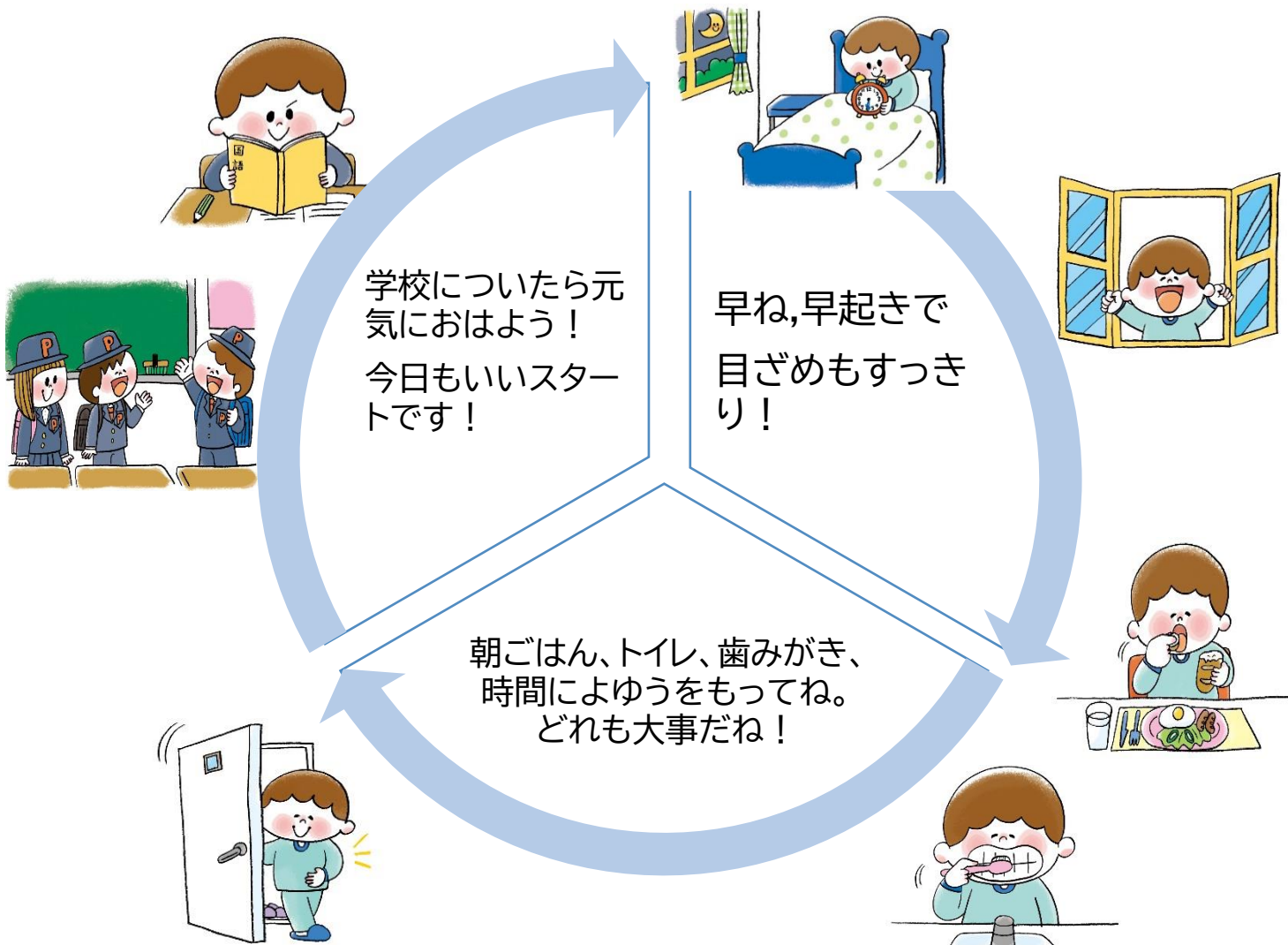
東野幌小学校 保健便り
2023年4月25日
NO. 2 4~6年生

4月の保健目標「自分の体を知ろう」

健康しんだんが始まって、みなさんはいろいろな検査を行っています。これはみなさんが1年間、元気に過ごすためのものです。これからの検査もしっかりと受けましょう。

健康しんだんだけでなく、毎日の生活習慣や、生活リズムをたしかめることも「自分の体を知る」ことにつながります。みなさんにできることが、たくさんありますよ。

さらに体だけでなく、気持ちのチェックも大切です。「今日の自分は元気かな?」と確かめて、困っていることやなやんでいることがあったら、すぐにおうちの方や先生に相談しましょう。



自分のよいサークル(円)を作りましょう。トイレや歯みがきの順番は、自分のペースで行いましょう。生活習慣を大切にすると、体の調子もぐんぐんよくなります。体調が悪いと感じる人は、特に意識してみましょ。これから迎えるゴールデンウィークを楽しめるようにね!

保護者の皆様へ

5月・6月の保健行事

5、6月の保健行事は次の予定です。お子さんの日にチェックをお願いします)

5月の保健行事		学校医等のお知らせ
9日(火)	耳鼻科健診(3年生希望者 25日(本日)問診票を配付します)	佐伯耳鼻咽喉科クリニック 佐伯先生
10日(火)	尿検査説明書と用具を配付	
11日(水)	尿検査(全校)	第一岸本臨床検査センター
12日(金)	内科検診(1年生・3年生)	アウル内科クリニック 増谷先生
17日(水)	内科検診(2年生・つくし学級)	紺野内科医院 紺野先生
31日(水)	内科検診(5,6年生)	笹浪内科クリニック 笹浪先生
31日(水)	尿検査(2次・前回未提出者)	第一岸本臨床検査センター
6月の保健行事		
2日(金)	眼科検診(4年生希望者 事前に問診票を配付します)	江別市立病院 中島先生
7日(水)	内科検診(4年生)	紺野内科医院 紺野先生
15日(木)	心臓検診(1年生希望者 事前に問診票を配付します)	北海道結核予防会
14日(水)	歯科検診(全校)	えべつの杜子ども歯科 種市先生他
26日(月)	江別市歯みがき指導(3年生)	江別市 歯科衛生士

新しい環境に慣れずに、不調を訴えるお子さんもいますが、低学年は湯たんぽでおなかを温めたりすると、短時間で回復する場合があります。緊張もあると思いますので、ご自宅では少しゆっくり過ごすことを意識していただけたらと思います。

さて、内科検診の日は診ていただく時に、めくりやすい服装をお願いします。(男子ならTシャツ、女子ならキャミソールなど)

厚手の物だけだと、直接それをめくることになり、お子さんの負担になります。どうぞご協力をお願いします。該当学年のみの検査の時は、その都度詳しくお知らせをします。

なにか不明な点がありましたら、担任や養護教諭にいつでもお問い合わせください。お子さんが健やかに過ごせることを願っています。

健康カード〈わたしのからだ〉のお渡しとお願い

健康カードには昨日までに終了した2計測、視力、聴力(4,6年生を除く)の結果が記入されています。1年に一度の配付になります。視力につきましては、学校での検査であるということをご理解の上、急な低下があった場合は眼科受診をお勧めします。低学年は緊張もありますので、再度検査を希望の方はお知らせください。メガネのお子さんは調整もよろしくをお願いします。

今後の検査につきましては、再検査などの必要がある場合のみお知らせします。ただし眼科、耳鼻科、歯科は、検査したお子さん全員にお知らせします。歯科の結果は少し時間をいただきます。

お子さんがけがをした場合、体調が悪くなった場合、健康カードを利用して連絡をさせていただいています。古い記録は削除して必ずつながる連絡先に優先順位をつけてお知らせください。

また、お子さんの健康面で学校に知らせておきたいことがありましたら、ご記入ください。2年生以上で以前の対応の必要がなくなった場合は削除をお願いします。

すぐに使用しますので提出期日(4月28日(金))を厳守していただけますように、お願いいたします。