

# ほけんだより 4月

令和6年4月 東久留米市立第五小学校 保健室

新1年生133名を迎え、令和6年度がスタートしました。お子様の入学・進級おめでとうございます。

こちらの「ほけんだより」では健康に関する出来事や情報をお知らせして、みなさんが健康で安全な学校生活を過ごせるようにお手伝いしていきます。今年度もどうぞよろしくお願いたします。



## 健康診断が始まります

項目	日(曜日)	学年	内容
視力検査	9 (火)	6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・黒板や教科書の文字がよく見えているかを調べます。</li> <li>・学校でめがねを使う人は、忘れずに持って来てください。</li> <li>・結果のお知らせをもらったなら早めに眼科を受診しましょう。</li> </ul>
	10 (水)	5年	
	11 (木)	4年	
	17 (金)	2年	
	22 (月)	3年	
	23 (火)	1年	
身体測定	15 (月) 16 (火)	1・3・5年 2・4・6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育着で行います。髪の毛は頭の上や後ろで結ばないようにご注意ください。</li> </ul>
心臓検診	18 (木)	1年・観察者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心臓が正しく働いているかを調べます。</li> <li>・<b>心臓検診調査票</b>が必要です。</li> <li>・欠席者は後日、市役所で検診を行います。</li> </ul>
尿検査	22 (月) 23 (火)	全学年 未提出者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腎臓などに病気がないかを調べます。</li> <li>・検査セットは前の週<b>金曜日</b>に配付します。</li> </ul>
内科検診	24 (水)	4・5年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心臓や肺の働き、皮膚や背骨・胸の状態、栄養は十分とれているかなどを内科校医の先生に診てもらいます。</li> <li>・<b>健康調査票、結核問診票</b>が必要です。</li> </ul>
	26 (木)	2・3・4年	
	5/1 (水)	1・2年	



どうして  
健康診断を  
受けるの？

**A** 体が成長しているか、健康かどうか分かるからです。

**A** 隠れている病気が見つかることがあるからです。

**A** 自分の体や健康に関心を持つきっかけになるからです。



健康診断等で使用します。締切の近い物もございますが、期限までの提出にご協力ください。

## 書類の提出をお願いします

### ①アレルギーの調査について（2年生以上）

アレルギーがない場合も提出が必須となりますので、2年生以上は全員ご提出をお願いします。

4月9日（火）配布→4月15日（月）までに全員提出

### ②健康調査票（2～6年生）※1年生は8日（月）配布→10（水）までに提出

4月9日（金）配布→4月15日（月）までに全員提出

### ③結核問診票 1～5年生 9日（火）配布します。

1～5年生 : 4月15日（月）までに提出

6年生 : 内科検診（6月末実施）約2週間前配付

## 保健関係で使用する番号「保健番号」、健康調査票について

保健関係の書類は健康診断時に男女別で分かれる必要があることから、全て男女別の番号（男子→女子の順の通し番号）となります。そのため、出席番号とは別に異なる番号を使用しますのでご注意ください。健康調査票（白色）で連絡先など変更があった際は、訂正していただきますようお願いいたします。また連絡先は日中でも都合がつく番号をお願い致します。

## 感染症対策に関するお願い

### ◇登校前の健康観察ご家庭でも

ご協力をお願いいたします。

・特にチェック表などは設けていませんが、健康観察をした結果、風邪症状がある時や具合が悪い時は無理に登校させず、ご自宅で休養するようにしてください。

・学校で体調不良になった場合は、経過観察（保健室で休養）を実施しますが、発熱症状等があった際は、速やかに早退の対応をとらせていただきます。健康調査票の緊急連絡先宛にご連絡いたしますので、早めのお迎えにご協力をお願いします。



内科	西尾 龍太先生 (英世会第二画像診断クリニック)
歯科	北村 晃先生 (北村歯科)
眼科	清水 盛充先生 (清水眼科)
耳鼻科	茶園 英明先生 (東京くるめ耳鼻いんこう科)
薬剤師	山形 万紀子先生 (衣香堂薬局)

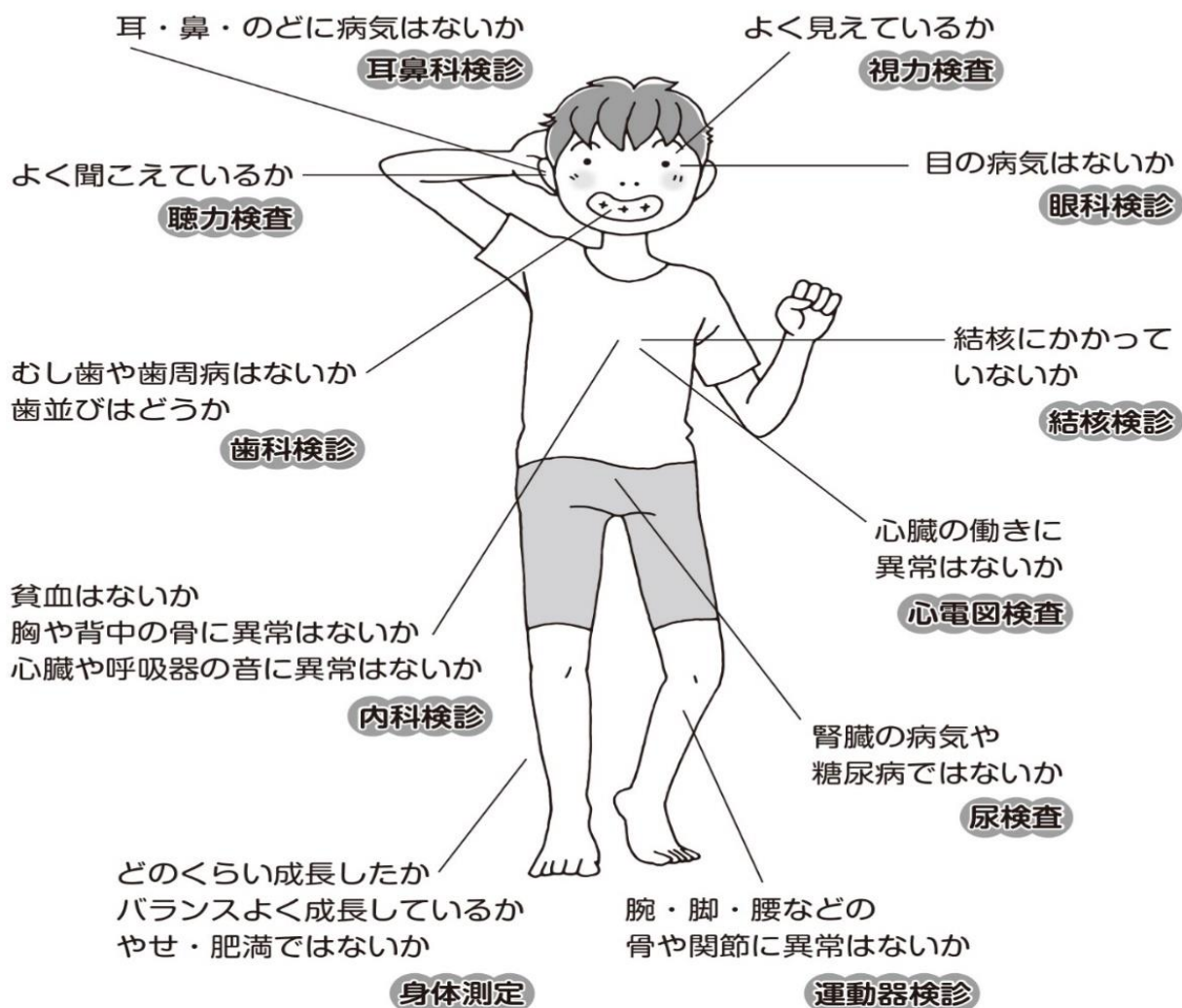
## 内科検診時の脱衣について

内科検診では、栄養状態、肺、気管支、心臓、骨・関節（運動器）、皮膚の状態など、実に様々な検診項目があります。学校保健安全法に基づき、これらの項目の見落としが無いように、一人一人丁寧に診察を行っています。診察の際には上半身裸になりますが、検診時は個別のスペース（ついたて）を確保していることや、検査会場内で待機する人数を最小限にするなど、プライバシーには十分に配慮しています。

学校健診で最も大切なことは、正しく検査を受け、疾病等を早期に発見することです。しかし、発達段階や児童の心情も考慮し、全学年体操着は脱がずに、医師の前でのみ上まで上げて診察を行います。学校でも指導いたしますが、該当のご家庭の保護者の皆様は、内科検診時の脱衣について今一度、お子様とご確認ください。

### 健康診断ではこんなことを調べます

学校で元気に学習したり運動したりするために行うのが、健康診断です。  
新しい学年の始まりに、自分のからだについて知り、健康面をきちんと整えましょう。





# 保健室はこんなところです

## できること



## できないこと



### ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



### 体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときには、家に帰ってもらうこともあります。



### 話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



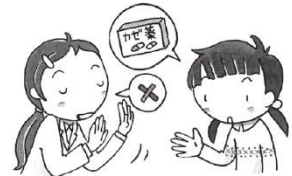
### 体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



### 薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてみましょう。



### 治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。



こんなときは

保健室へ

ケガをしちゃった

先生に話を聞いてほしい

体がしんどい

体のことを知りたい

なんとなく教室にいたくない

など



保健室は「みんなのための場所」。具合の悪い人が休んでいることもあるので、静かに過ごしてね。

保健室利用のルール

### 行く前に先生に伝える

黙って保健室に行くくとみんな心配します。ひとこと伝えましょう。



### 入退室のときはあいさつをする

入るときは学年・組・名前を教えてください。出るときはお礼も忘れずに。



### 保健室内では静かにする

ベッドで休んでいる人がいるかもしれません。大きな声は控えて。

