

ほけんだより 4月号



令和3年4月9日
長崎市立南長崎小学校 保健室



進級・入学おめでとうございます

今年度から長崎市立南長崎小学校に赴任しました養護教諭の塩谷加奈子と申します。子供たちの健康を様々な面からサポートしていきたいと思っています。よろしくお願ひいたします。

4月8日(木)に39名の新1年生を迎えました。元気に登校している子供たちの姿を見ていると、私も自然と笑顔になってきます。4月は新しいことの連続で、行事関係も盛りだくさんです。心も体も疲れやすい時期なので、早めに寝て、ゆっくり休息を取りましょう。



4月の保健目標は「健康診断を正しく受けて、自分の体を知ろう」です。健康診断は一人一人の発育や健康状態を知り、学校生活を送るときに注意することがないかどうか調べるために行うものです。成長のスピードはみんな違います。友達の結果を見たり、からかったりするのはやめましょう。健康診断の結果は、受診が必要と判断された場合は、すみやかにお知らせしますので、早めに治療を行いましょ。受診の必要がない場合は、健康カードを用いてお知らせします。

「また健康診断?」「どうせ同じこと調べるんでしょ」なんて思っている人はいませんか?
健康診断は毎年ぐんぐん成長するみなさんの体の様子を知るために行います(身体計測)。また勉強や運動にみなさんが十分な力を発揮できる状態かも調べます(視力・聴力検査、運動器検査)。他にも、体の不調につながる病気があれば早く見つけることも大切な目的です(眼科・歯科・耳鼻科・内科検査、心電図、尿検査)。
自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。
自分の体を大切に、健康な生活を送るために——。

今年の健康診断もしっかり受けましょ

朝の健康観察をお願いします

- 朝ごはんはしっかり食べましたか?
- 熱はないですか?
- 顔色は悪くないですか?
- 元気はありますか?
- いつもと違うことはありませんか?



今年度も継続して、新型コロナウイルス感染症対策のため、毎日の健康観察表の記録をお願いします。風邪症状(発熱や、喉の痛み等)がある場合は、登校を控えて自宅療養をお願いします。ご協力のほどお願ひいたします。



<4月の健康診断の予定>

9日(金)	5・6年	身体測定	23日(金)	5年	聴力検査
12日(月)	3・4年	身体測定	26日(月)	3年	聴力検査
13日(火)	2年	身体測定	27日(火)	2年	聴力検査
14日(水)	1年	心電図	30日(金)	1年	聴力検査
15日(木)	5・6年	視力検査	<注意すること> ・身体測定は体操服で行います。 ・メガネを使用している児童は、視力検査時は必ず持参してください。		
20日(火)	1年	身体測定			
21日(水)	3・4年	視力検査			