

ほけんだより 4月号

令和5年4月10日 海東小学校 ほけん室



ご入学、ご進級おめでとうございます

海東小3年目、養護教諭の岩岡です。子どもたちの保健に関するお知らせをしていきます。海東小の子どもたち、一人ひとりの心とからだを見守りながら、健康につながる行動ができるよう願っています。



マスクの着用は個人の判断となります！

～一時的にマスクの着用をうながすことがあります～



給食のときの会話もできます。(座席は原則、前を向いて食べ、大声は控えます。)

マスク着用の場面

- 混雑した電車やバスを利用するとき
- 病院や高齢者施設を訪問するとき
- 新型コロナウイルスだけでなく、季節性インフルエンザなどが流行しているとき



※咳やくしゃみが出るときには、咳エチケットをお願いします！

学校での感染症対策

- 換気を行う(2方向の窓を開けておく)
- 人との間隔を1メートル程度あける
- 手洗い(ハンドソープ、アルコール消毒)
- 体温チェック、健康観察をおこなう



健康診断の日程 なるべくお休みがないようお願いいたします

日(曜日)	内容	も 持ってくるもの
17日(月)	1・4年 心臓検診	体操服

※小さな器具をつけます。ねているときのようにリラックスしましょう。

18日(火) ～ 21日(金)	身体測定、視力・聴力検査(クラスごと)	体操服
-----------------------	---------------------	-----

※身長、体重、視力、聴力をしらべます。メガネを持っている人は持ってきてください。

20日(木)	検尿の提出 (全学年)	検尿の容器
21日(金)	検尿の予備日 (忘れた人)	検尿 (忘れた人)

※検尿の容器は19日(水)に配付します。朝の早朝尿をとってください。

26日(水)	歯科検診 (全学年)	歯ブラシ
--------	------------	------

※給食後の歯みがきを とくにいてねいにおこなしましょう。

27日(木)	内科・結核 検診 (全学年)	体操服
--------	----------------	-----

※心臓の音を 聞いたり、背中を見たりするので、しずかにしておきましょう。

健康診断を受けるときに注意すること

- 前の日は、お風呂に入ってせいけつな下着をきる
- つめ切りや耳そうじ、歯みがきしておく
- かみの毛は、上でおすばないようにする
- 体操服をわすれずにもってくる
- 検査の器具は大切につかう



<保護者の皆様へ>

「健康チェックカード」の提出をお願いします！

子どもさんの体温、健康状態、就寝・起床の時刻、朝食の有無をご記入ください