

# にこにこ 4月

H31. 4. 8  
龍野小保健便り  
保健室 宗 小百美  
おうちのひとといっしょにやんでください。

しんきゅう にゅうがく  
進級・入学おめでとうございます。

さあ、新しい学年のスタートです。今年は、5月1日から「令和」という新しい元号にもなります。一段と、身が引きしめる思いがします。みなさんは、どんな一年にしていきたいですか？

さて、今年もほけんだよりのなまえを「にこにこ」としました。龍野小学校に通うみんながにこにこで登校でき、にこにこで帰って行けることを願ってこのなまえにしています。保健面のいろいろな記事を載せていきますので、宜しくお願いします。



ほ けん っ室  
保 健

こんなところで  
す。きがるに利用  
してくださいね。

○ケガの時、病気の時、応急手当をします。

- ・ケガしてどろがついていたら洗ってきてね。
- ・どうしてそうなったか一緒に考えましょう。

○体のこと、心のことなんでも話にきてください。

○体の計測をしたり、検査をしたりして、自分の体を知るところです。

○健康に過ごすため、健康な体にしていくためには、どうすれば良いか学ぶところです。

## ○自己紹介○

養護教諭の宗小百美といます。

趣味は、朝の連ドラを見る事です。

「まんぷく」もはまってみてまし

たが、4月から始まった「なつぞら」も時々涙を浮かべながら見えています。

草刈正雄のおじいさんがなかなか渋いですね。

家族は、夫、息子(20才)、義母、柴犬の4人と1匹で熊本市内で暮らしています。後、別居中の娘が2人います。

性格は、せっかちで、よし完璧に仕上げたぞと思ってもどこかにミスがあつたりしますが、その後、「まっいいかー」と、立ち直りが早く、自分にやさしいです。

おうちの方へ

### < 保健関係の提出物 >

- ① 保健調査票・・・(健康診断の事前調査となります。) 1・4年は新規、2, 3, 5, 6年は学年の箇所の記入をお願いします。(3年間使用します。)
- ② 運動器に関する保健調査・・・全員提出 実際にお子さんに動いてもらって確認されてください。
- ③ 学校心臓検診調査票・・・1年、4年のみ(心臓検診に必要です。)
- ④ 日本スポーツ振興センター同意書 1年のみ
- ⑤ フッ化物洗口の希望調査・・・全員提出

提出期限：4月17日(水)



# けんこうしんだん 健康診断がはじまります



- 自分の成長の様子、病気はないか自分の体を知るために行います。
- 治療するものがあれば早めに治療をして、学校生活がスムーズに送れるように行います！
- 健康診断をきっかけにして、健康にすごしていこうとする気持ちを育てるために行います。

体操服で忘れないように  
お願いします。

身体測定 4月11日(木) ②～③時間目

身長、体重、視力は全員、聴力は1・2・3・5年が測定。



メガネを使っている人は、メガネを持ってきてください。

## <このほかの予定>

検尿 4 / 18、歯科検診 5 / 16 (1～3年) 5 / 30 (4～6年)、心電図検診 (1、4年のみ) 5 / 20  
内科検診 6 / 4 (1～3年) 6 / 11 (4～6年)、眼科検診 未定

## 学校医の先生方

内科・・・小屋迫秀規先生(小屋迫医院) 薬剤師・・・堀内 貴史先生  
歯科・・・清村龍朗先生(清村歯科)

\*学校医ではありませんが眼科検診は、甲佐眼科の武藤先生に検診していただきます。



## 宗のつぶやき

保健室の平成31年度、令和元年度の目標は、昨年度に引き続き「歯や口の健康」について頑張っていこうと思っています。歯の健康は、健康な体づくりにはかせないものだと思います。先日テレビを見ていたら、中国の「三国志」の英雄である曹操は、むし歯が原因でなくなったという説があると言っていました。むし歯菌のミュータンス菌が全身に回ると脳梗塞や心筋梗塞を引き起こすということも分かっているそうです。曹操は、中国全土の統一をする力があつた武将であつたと言われているが、夢半ばにして叶わなかつた原因がむし歯というのは、何とも悲しいお話です。

夢を叶えるためには、むし歯があつては自分の力を発揮できないかもしれません。みなさん、「歯と口の健康」に向けて一緒に頑張っていきましょう。

