

ぼたんだより

R8.4.8

家庭数

つばめみなみしょうがっこう 保健室

お子さんと一緒にご覧ください

進級・入学おめでとうございます

新学期が始まりました。規則正しい生活のリズムはつかめたでしょうか？「早寝・早起き・朝ごはん」は、みなさんが健康で元気に過ごすためにぜひ身につけてほしい生活習慣です。

燕南小生活のめあて

●寝る時間

- 1・2年生：夜9時までに
- 3・4年生：夜9時30分までに
- 5・6年生：夜10時までに



●起きる時間

朝6時30分までに（授業開始の2時間前）

●朝ご飯を毎日しっかりと食べる

●メディア（テレビ、PC、スマホ、タブレットなど）は寝る1時間前までにやめる

保健室での約束

- 保健室に行くことを担任の先生に伝えてから来てください。
- あいさつをして出入りしましょう。
- 「いつ」「どこで」「何をしていた」「どうなった」か、教えてください。
- 休んでいる人がいるときは、静かに過ごしましょう。

こんな時に保健室へきてください



ケガをしたとき
救急処置してもらえる

その日の学校で起きたけがの手当てをします。
お家でのけがや継続した手当ては、できません。



悩みがあるとき
相談できる



具合が悪いとき
一時的に休養できる

1時間が目安です。それでもよくなるないときは、お家の方にお迎えをお願いします。



健康について
知りたいとき



学校で行う健康診断は、病気の診断をするのではなく、病気の疑いのある人を見つけるためのものです。

つき	日	健康診断項目	対象	持ち物、注意すること
4	9	発育測定、 視力・聴力	高学年	・半袖・短パン体操着 ・ハンカチ(視力検査で使用) ・めがね(持っている人)
	10		中学年	※発育測定ははだして実施します。タイツではなく靴下をはいてくることをおすすめします。
	13		低学年	
	20	内科・結核・ 運動器検診	全学年	・体操着

4月に実施する検診の予定です。プライバシーに配慮し健診を実施します。健診日に欠席した場合は、保護者の方から引率していただき学校の病院で健診を受けていただく予定です。

結果が出そろいましたら、一覧表にしてお知らせします。検査・検診の結果、疑いがあった場合はお知らせをお渡ししますので、必ず医師の診察を受けてください。視力検査の結果、受診が必要な人へのお知らせは、眼科健診後に配付します。

お世話になる学校医の先生方

- 内科 : 小澤 先生 (小澤医院)
- 歯科 : 佐藤 先生 (さとう歯科クリニック)
- 耳鼻科 : 佐々木 先生 (ささき耳鼻科クリニック)
- 眼科 : 野神 先生 (のがみ眼科)
- 薬剤師 : 小島 先生 (たんぽぽ調剤薬局)



保護者さま

お知らせ

○フッ化物洗口について

フッ化物洗口の希望の有無については入学時に申し込んでいただいたものを卒業するまで継続させていただいています。希望の変更がありましたら 4/13(月)までに学校までお知らせください。

○着がえの貸し出しについて

保健室では忘れたときや汚れたときのために体操着、赤白帽子、靴下、下着を貸し出しています。体操着、赤白帽子、靴下はご家庭で洗濯し返却をお願いします。下着は新しいものをお貸ししています。次の方のために新しいものをご返却ください。

保健室で借りることがないよう、お子様と一緒に持ち物の管理・確認をお願いします。靴下や下着は自分で着替えを持っていくと万が一の時に安心です。

お願い

- ・保健室では、その日の学校管理下でのけがの手当てをします。継続的な手当が必要なときや、お家でのけがは、ご家庭で行っていただきますようお願いいたします。
- ・保健室で休養しても回復しないとき、受診が必要なけがや病気ときは、学校から保護者の方へ連絡をし、お迎えに来ていただくことがあります。ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。
- ・毎日の健康観察をお願いします。欠席する場合は、理由も合わせてマチコミへ入力するか電話連絡をお願いします。体調が悪いときは無理をせず、ゆっくり休んでください。

今年度もよろしくお願いたします

