

令和3年4月8日  
志木市立宗岡小学校  
校長 石田賢一  
養護教諭 松本美菜

## ご入学・ご進級おめでとうございます

令和3年度がスタートしました。新しい学年での新しい友達・先生との出会いにわくわくドキドキするこの時期です。新しい環境に慣れるまでは疲れがたまりやすいかもしれません。早寝早起き朝ご飯の生活リズムをきちんと整えて、元気よく1年をスタートしましょう！

宗岡小学校のみなさんこんにちは。保健室の先生の松本美菜です。今年も、みなさんの健康を保健室から応援します！令和3年度もよろしくお祈りします☺✧



## まいにち げんき す やくそく 毎日を元気に過ごすための約束

みんなで協力して、新型コロナウイルス感染症に負けずに毎日を元気に過ごせるようにしましょう！

### 毎朝登校前に検温し、体温とかぜ症状の有無を健康ノートに書きましょう。

- かぜ症状がある場合は、出席停止です。お家でゆっくりと休んでください。
- 症状が1つでもある場合は、本人の安全を確保するため早退となります。
- 検温と健康カードの記入がされていない場合は、教室へ入ることができません。

夕方にも検温をしてください。

持ち物の確認：清潔なハンカチ、ティッシュ、予備のマスク、等

登校班でも、検温と健康カード記入の確認をしてから出発するようにしてください。

登校班の班長さんは、班のみんなへの声かけよろしくお祈りします！

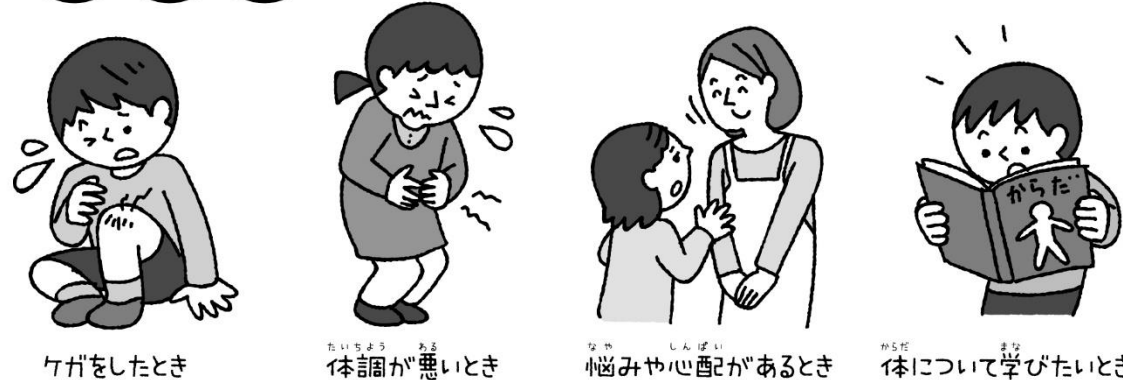
## 朝の元気チェック表

気になることがあったら、おうちの人に伝えてください。無理をせず休むことも大切です。



<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
夜はよく眠れましたか？	朝ごはんは食べましたか？	顔色は悪くないですか？	痛いところはないですか？	せき・鼻水は出ていませんか？	悩みや心配なことはありませんか？

## 保健室はこんなときに来てください



ケガをしたとき

体調が悪いとき

小遣みや心配があるとき

体について学びたいとき

## 保健室を使うときの決まりごと

①保健室は、当日のけがや体調不良の手当てをします。

- ・お家でけがをしたときはお家で手当てをしてから登校しましょう。
- ・前日に保健室でした手当てを、次の日からも続けてすることはできません。
- ・ばんそうこうやマスク、ティッシュなどはお家から持ってきてきましょう。

②保健室へ来る前に、先生に伝えてから来ましょう。

- ・急なけがや体調不良のときは、友達に伝えてから来ましょう。

③保健室で休む時間は、1時間までです。

- ・保健室で1時間休んだあとは、教室へ戻るか、具合が良くならなくて教室へ戻れないときは早退となります。

④保健室ではお薬をあげることはできません。

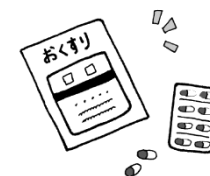
- ・お薬がひつような人はお家の人と相談して持ってくるようにしましょう。

⑤保健室では静かに過ごしましょう。


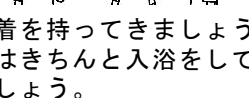

- ・具合が良くなって休んでいる人がいるかもしれません。

⑥ベッドなどは先生の指示をもらってから使用しましょう。

⑦自分のけがや体調不良の理由を説明できるようになろう！



# 令和3年度 健康診断日程表

健康診断項目	学年	月/日 (曜日)	目的	注意事項
発育測定	たんぽぽ 5・6年	4/13 (火)	自分の成長状態を知る。肥満や低身長の子どもの早期発見に役立つ。	体育着を持ってきましょう。髪を結ぶ人は、頭上に結び目がこないようにしましょう。 
	1・2年 4-3	4/14 (水)		
	3年 4-1・4-2	4/15 (木)		
内科検診	2・6年 4-3	4/16 (金)	心臓・背骨・胸・皮膚・姿勢・その他の病気や異常の有無を調べる。	体育着を持ってきましょう。前日はきちんと入浴をしておきましょう。 
	たんぽぽ 1・3年	4/21 (水)		
	4-1・4-2 5年	4/22 (木)		
視力検査 聴力検査 (4年・6年は視力のみ)	1年	4/19 (月)	見えづらさや聞こえづらさがないかを調べる。	視力検査は教室で、聴力検査は多目的室で行います。メガネを持っている人は持ってきましょう。 
	2年	4/26 (月)		
	3年	4/20 (火)		
	4年	4/19 (月)		
	たんぽぽ 5年	4/30 (金)		
	6年	4/19 (月)		
尿検査	全学年	4/20 (火) 4/21 (水)	腎疾患の早期発見・治療に繋げる。	朝起きてすぐの尿を取ってきましょう。(予備日5/18,19)
眼科検診	たんぽぽ 3・4・6年	4/23 (金)	目やまぶた、まつげなどに異常や病気がないか調べる。	朝、目やにを洗い流しましょう。
	1・2・5年	5/7 (金)		
耳鼻科検診	全学年	4/27 (火)	耳や鼻、のどの様子を見て異常や病気がないかを調べる。	前日に耳の表面を軽くぬぐってきれいにしておきましょう。
心臓検診	1年生・対象者	4/28 (水)	心疾患の早期発見・治療に繋げる。	体育着を持ってきましょう。
歯科検診	たんぽぽ 5・6年	5/27 (木)	歯と口の様子を見て、むし歯などがいないか調べる。	朝ご飯のあと、必ず歯をみがいてきましょう。
	3・4年	6/3 (木)		
	1・2年	6/24 (木)		
モアレ検診	5年・対象者	7/1 (木)	脊柱の異常の有無を調べる。	体育着を持ってきましょう。






新型コロナウイルス感染症の影響等で日程が変わる可能性があります。

申し訳ありませんがご理解・ご協力のほどよろしくお願いします。

## お世話になる 学校医の先生



よろしくお願いします!

 内科	い <sup>ない</sup> わ <sup>い</sup> さ <sup>か</sup> き <sup>ない</sup> 内科・循 <sup>じゅん</sup> 環 <sup>かん</sup> 器 <sup>き</sup> 科 <sup>いわ</sup> さ <sup>き</sup> 岩 <sup>い</sup> 崎 <sup>さ</sup> <sup>とも</sup> ひ <sup>こ</sup> 智彦 先生
 歯科	お <sup>お</sup> さ <sup>さ</sup> い <sup>い</sup> し <sup>し</sup> か <sup>か</sup> い <sup>いん</sup> 長 <sup>お</sup> 内 <sup>さ</sup> 歯 <sup>な</sup> 科 <sup>いん</sup> 医院 <sup>お</sup> さ <sup>さ</sup> い <sup>い</sup> 長 <sup>あ</sup> 内 <sup>き</sup> 昭 <sup>あ</sup> 憲 <sup>き</sup> 先生
 耳鼻科	う <sup>う</sup> ち <sup>ち</sup> だ <sup>だ</sup> じ <sup>じ</sup> び <sup>いん</sup> こ <sup>う</sup> か <sup>か</sup> 内 <sup>う</sup> 田 <sup>ち</sup> 耳 <sup>だ</sup> 鼻 <sup>く</sup> 咽 <sup>に</sup> 喉 <sup>あ</sup> 科 <sup>う</sup> ち <sup>ち</sup> だ <sup>だ</sup> 内 <sup>あ</sup> 田 <sup>き</sup> 邦 <sup>あ</sup> 明 <sup>き</sup> 先生
 眼科	が <sup>が</sup> ん <sup>ん</sup> か <sup>か</sup> り <sup>り</sup> ゅう <sup>うん</sup> どう <sup>どう</sup> い <sup>いん</sup> 眼 <sup>がん</sup> 科 <sup>りゅう</sup> 龍 <sup>うん</sup> 雲 <sup>どう</sup> 堂 <sup>いん</sup> 医院 <sup>たい</sup> ら <sup>ら</sup> 平 <sup>よう</sup> 容 <sup>こ</sup> 子 <sup>こ</sup> 先生
 薬剤師	<sup>お</sup> が <sup>が</sup> わ <sup>わ</sup> 尾 <sup>も</sup> 川 <sup>と</sup> 元 <sup>と</sup> 子 <sup>こ</sup> 先生

## 4/12 提出の保健関係書類一覧

- ① 保健調査票
- ② 救急カード
- ③ 結核に関する問診
- ④ 心臓検診調査票 (1年のみ)
- ⑤ 災害共済給付加入同意書 (1年のみ)
- ⑥ 色覚検査のお知らせ (4年のみ)

★他学年で希望する場合はお知らせください★

※新型コロナウイルス感染症防止のため、歯みがきタイムとフッ化物洗口の開始時期は未定となっております。そのため、フッ化物洗口申込書は実施が決まり次第配布いたします。

年度初めは保健関係の提出物等が多く、お手数をおかけしております。いずれもお子様の健康に関わる大切な書類ですので、お忙しいかとは思いますがよくお読みになって書類の記入・提出をして頂くよう、よろしくお願い致します。

また、お子様の健康のことで気になること・伝えておきたいことなどがございましたら、担任または養護教諭までお知らせください。お子様の健康のために精一杯お手伝いをさせていただきます!