

4がっほけんだよい

令和6年4月8日
喜界町立早町小学校
保健室



入学・進級、おめでとうございます。新しい学年では、どんなことをがんばりましょうか？元気に毎日を過ごすためには、「朝ご飯」がとっても大切です。しっかり食べて、脳と体にパワーをチャージしましょう！また、今年も健康診断が始まります。正しい受け方を確認してから受けるようにしましょう。

クイズで健康診断を正しく受けよう

健康診断の受け方で結果が変わることもあるって知っていますか？
クイズに○か×で答えて、本番に備えて、受け方をもう一度確認してみましょう。

身体測定

身長、体重を測って体の成長を調べます。
太りすぎたり、痩せすぎたりしていないか、成長のバランスも確認します。

受け方クイズ ① ○×

身長を測る時は少し上を向く。



眼科検診

目の病気がないか調べます。目の動きに問題がないかも確認します。

受け方クイズ ② ○×

目の動きを見たいので、検査中は目をぐるぐる回しておく。



視力検査

見えにくくないか調べます。

受け方クイズ ③ ○×

裸眼の視力がわかればOK。メガネやコンタクトレンズはいらぬ。



耳鼻科検診

耳や鼻の病気がないか調べます。

受け方クイズ ④ ○×

耳の中が見えやすいように、前日に耳そうじをしておく。



聴力検査

聞こえにくくないか調べます。

受け方クイズ ⑤ ○×

聴力検査は、音が聞こえたらボタンを押してすぐに離す。



尿検査

おしっこに糖尿病や腎臓の病気のサインが隠れていないか調べます。

受け方クイズ ⑥ ○×

朝一番のおしっこをとる。



内科検診

心臓などの音を確認します。また、栄養状態や皮膚に問題がないかも調べます。

受け方クイズ ⑦ ○×

聴診器を使えば音ははっきり聞こえるので、待っている間は話していてもいい。



歯科検診

むし歯や歯肉炎がないか確認します。歯並びやあごの状態、かみ合わせに問題がないかも調べます。

受け方クイズ ⑧ ○×

いつもの口の中の状態を知るため、歯みがきをしないで受ける。



運動器検診

体の動きに問題がないか調べます。体にゆがみがないかも確認します。

受け方クイズ ⑨ ○×

動作ができない時は、無理に動かさない。



答え

- ① × 少しあごを引いてまっすぐ前を見ましょう。
- ② × お医者さんの指示に合わせて、目を動かしましょう。
- ③ × 度があっているかも調べるので、メガネやコンタクトレンズは必ず持っていきましょう。
- ④ ○ 他にも、髪が長い人は耳にかけるなどして、耳が出るようにしましょう。
- ⑤ × 音が聞こえている間、ボタンを押し続けます。
- ⑥ ○ 朝一番でないと、食事や運動の影響で、正しい結果が出ないことがあります。
- ⑦ × 心臓などの音は聴診器を使っても小さいので、静かに待っています。
- ⑧ × 歯や歯茎の状態がわかりにくくなるので必ず歯みがきをしておきましょう。
- ⑨ ○ 無理やり動かすとけがをしてしまうかもしれません。

4がっほけんだより

令和6年4月8日

喜界町立早町小学校

保健室



令和6年度 健康診断日程



※ お子様と一緒に確認をお願いします。

検診当日に欠席だった場合、後日保護者に病院へ連れて行っていただくことがあります。
御理解と御協力よろしく申し上げます。

御入学・御進級、おめでとうございます。養護教諭の上野瑞季です。今年度も保健だよりを通して、保健指導の様子や保健関係の情報をどんどん発信していきたいと思っております。今後ともよろしく申し上げます。

新年度が始まって、お子さんは新しい環境にワクワク・ドキドキしているのではないのでしょうか。初めてのことや覚えることが多く、疲れて帰ってくる人が多いかと思っております。次の日も元気に登校できるように、「早寝・早起き・朝ご飯」を心がけた生活に御協力よろしく申し上げます。

保健室での対応について

保健室では、家庭や病院へ行くまでの応急措置、あるいは病院へ行くほどではない軽いけがの手当てを行います。病院や薬局のような治療や投薬はできません。早退や医療機関を受診した方が良いと思われるけがの場合は、学校から連絡をします。

緊急時は必ず連絡がつながるように御協力をよろしく申し上げます。

けがの手当について

- ① 学校での手当は、**原則当日発生したけが**に限ります。
⇒継続的な治療や家庭での傷病については、御家庭で対応をお願いします。
- ② ガーゼや絆創膏等の貼り替えが必要な場合は、御家庭で準備をお願いします。
- ③ 救急車を要請するけがが発生した場合に限り、学校職員が付き添い、医療機関へ搬送します。これ以外の状況で、学校職員が保護者に代わって付き添い、医療機関を受診することはできません。



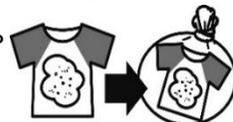
体調不良の対応について

- ① 保健室での休養は、原則1時間未満としています。
⇒ただし、感染症が流行している場合は、すぐに早退措置をとることがあります。
- ② 1時間以上経っても回復しない場合は、緊急連絡先へ御連絡します。

衣服等の貸出について

保健室では、衣服を汚した時等に備えて、下着や標準服、体育服、靴下、帽子等を貸出しています。

- ① 汚れた衣服は衛生面や感染予防から学校では洗濯せずにそのままお返しします。
- ② 制服や標準服、帽子を借りた場合は、洗濯後なるべく早めに返却してください。
- ③ 下着、靴下については新品を購入して返却をお願いします。



	検査項目	対象	準備等	検診日・提出日
4月	保健調査票	全児童	4月8日(月)配付 ※必ず保護者が記入してください。	4月10日(水)までに提出
	身体計測 ・ 視力検査	全児童	・ 体育服 ・ メガネ(使っている児童のみ) ※髪が長い人は横か2つに結んでください。 (身長が測りにくいため)	4月9日(火) 2校時：1・2・4年 3校時：3・5・6年
	聴力検査	1年生 2年生 3年生 5年生		
	尿検査	全児童	尿検査に必要なもの 4月15日(月)配付 ※前日は激しい運動をせず、ビタミンCが多く含まれる食品はとらないようにする。	4月16日(火)朝 または 4月17日(水)朝
5月	心臓検診 (心電図検査)	1年生のみ	心臓検診問診票 4月19日(金)配付 締切：4月26日(金)	5月17日(金) 11:00~
	歯科検診	全児童	朝食の後の歯みがきを忘れずに!	5月23日(木) 9:45~
6月	内科検診 ※結核検診・運動器検診を含む	全児童	結核検診問診票 5月17日(金)配付 締切：5月24日(金)	6月4日(火) 14:10~
	耳鼻咽喉科検診	全児童	髪の毛が耳にかからないようにする。	6月14日(金) 9:30~

※ 眼科検診は日程調整中です。