

ほげんだより

にゅうがく 入学 **しんきゅう 進級おめでとう**

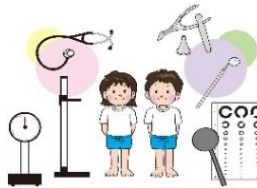
(おうちの人と一緒に読んでください。)

令和2年4月14日
都城市立今町小学校保健室
No.1



かわいい1年生をむかえて、校舎、運動場に子どもたちの元気な声がひびいています。それぞれの学年がスタートしました。1年間、心も体も元気に過ごすことができるようにがんばっていきましょう。4月から6月にかけては、体の健康状態についていろいろな測定や検診が行われます。しっかり受けて、自分の体について知りましょう。ずいぶん暖かくなってきて、体を動かすと汗ばむようになってきましたが、急に肌寒くなることもありますので、衣服の調節に心がけてください。早寝、早起き、朝ごはんに心がけ、元気に過ごしていきましょう。

健康診断が始まります!



4月、5月、6月は、みなさんの体が健康かどうかを調べるための健康診断があります。

項目	期日	学年	内容・注意
身体計測 視力検査	4月13日 4月14日 4月15日	5・6年生 3・4年生 1・2年生	・身長、体重をはかります。 ・目の見え方をチェックします。 *めがねを持っている人は、必ず用意してください。 *1年生のみ、視力検査を6月1日に実施します。
聴力検査	4月16日 4月21日	3・5年生 1・2年生	・耳の聞こえ方をチェックします。
内科検診 (結核検診・運動器検診も兼ねる)	4月23日	全学年	・栄養状態や内臓(心臓や肺、背骨など)皮膚に異常がないかチェックします。(1年生のみ、血圧測定します。) ・結核問診票のチェックをします。 ・運動器検診については、アンケート項目によってチェックします。
尿検査 (一次) (二次)	4月22日 23日 5月8日	全学年 対象者	・腎臓病や糖尿病がないかチェックします。
眼科検診	4月30日	1年生 2~6年生アンケート抽出	・目の病気がないかどうかチェックします。
心電図検査	5月7日	1年生	・心臓の動きをチェックします。
耳鼻科検診	5月14日	1年生・4年生 聴力検査で異常の認められた児童	・耳や鼻、のどの病気がないかチェックします。
色覚検査	6月4日	5年生 希望者	・色の見え方、感じ方について、検査表を使って検査します。
歯科検診	6月18日	全学年	・むし歯や歯肉の病気、歯石、歯並び、かみ合わせをチェックします。(朝、しっかり歯をみがいてきてください。)



保健室の利用について

(先生がいけないときに、勝手に部屋に入ったり、保健室にあるものは使ったりしません。)

- 担任の先生に話をしてから、来ましょう。
- 入るときは、ノックして、あいさつしましょう。
- 休んでいる人がいる場合があります。静かにしましょう。
- 保健室にある物は、先生に「使ってもいいですか」と声をかけてから、使しましょう。



おうちの方へ

- 今年の定期異動で、麓小から参りました鈴木裕子です。子ども達が心も体も健やかに成長し、毎日の学校生活が楽しく、元気で送れるように頑張っていきたいと思います。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

入学、進級おめでとうございます。それぞれの学年がスタートしました。子ども達は、希望と不安でいっぱいです。環境が大きく変わる新年度は緊張の連続です。新しい環境に早く慣れるためにも、おうちの方のご協力をお願いします。また、お子様が、お家でリラックスできるよう心がけてくださるようお願いいたします。

- 新型コロナウイルス感染予防の為、4月8日より、家庭での朝の検温チェック、咳エチケット（マスクの着用や咳が出る時には、ハンカチ等でおさえる等）をお願いしています。朝のお忙しい時間帯ではありますが、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

お子様の朝の様子を見られ、発熱、かぜの症状（咳、鼻水、のどの痛みなど）がある時は、無理せず自宅でゆっくり休養させてください。また、手洗い・うがいや睡眠を十分にとる、しっかり食事をとる、からだを動かすなどにも心がけてくださるようお願いいたします。

学校では、登校時に手指の消毒や教室の換気、手洗い・うがいを行っています。なお、登校後、かぜの症状や発熱等があった場合には、保護者の方へ迎えに来ていただくことになると思いますが、その際はよろしくをお願いします。

発熱時の対応について

- ① 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。
- ② 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。

上の①、②の症状がある場合は、都城保健所に相談をし、その結果について学校までお知らせください。

都城保健所 23-4504（平日の午前8時30分から午後5時15分まで）

帰国者・接触者相談センター 0985-44-2603（時間外又は土日・祝日の場合）

- お子様の心や体について、不安な事や気になっている事がありましたら、お気軽に保健室までご相談ください。例えば、「食事の量がすまない、体の成長が気になる、四肢、関節、歩行の仕方、よく転ぶ、物の見え方や色の見え方、名前を呼んでもふり向かない、よく眠れないなど・・・」その他、何でも結構です。
- 4月から6月にかけて、色々な検診が行われます。検診時欠席等がないように体調管理に心がけてくださいますようよろしくお願いいたします。なお、欠席等で検診を受けられなかった場合は、保護者同伴で病院や近隣の学校等に検査を受けに行ってもらう事になりますので、よろしくお願いいたします。

登校前のご家庭での朝の健康観察をお願いします。

- ☆ すっきりと起きましたか？
- ☆ 朝食はしっかり食べましたか？
- ☆ 熱はありませんか？
- ☆ 頭やお腹などを痛がっていませんか？
- ☆ 落ち込んでいる様子はありますか？
- ☆ その他、普段と違う様子はありますか？



