



令和4年4月14日

木下小学校 保健室

木下小のみなさんと保護者の方へ

## ご入学・ご進級おめでとうございます

始業式に3名の転入生があり、今週月曜日には1年生が入学。その翌日から陸上部の朝練習も始まりました。しばらくの間じっと止まっていた時間が、急に動き出したようです。

新しい生活が始まり、どのお子さんも、心の中に期待と不安の両方を持っていると思います。どちらの気持ちも大切な感情です。どちらも大切にしながら、でも振り回されすぎないように毎日の生活を送っていただきたいと思います。

保健室からも、皆さんの「心と体の成長」に少しでも役に立ちたいと思って過ごしていきます。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



### 4月の保健目標

## 健康診断を正しく受けよう

### けん こう しん だん 健康診断

### こんなことを しらべます



#### 身長 体重

#### 身体測定

去年と比べてどれくらい大きくなったかな？  
太りすぎや痩せすぎではないかな？

#### 目

#### 眼科検診、視力検査

見えづらくなっていないかな？  
目の病気はないかな？

#### 耳・鼻

#### 耳鼻科検診、聴力検査

聞こえづらくなっていないかな？  
病気の疑いはないかな？

#### 歯

#### 歯科健診

歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？  
むし歯や歯肉炎などはないかな？

#### 心臓 肺

#### 内科検診

からだの中の病気はないかな？

内科検診では、ほかにも  
目やのどの様子、皮ふの  
病気がないか、栄養状態  
なども診ています

#### おしっこ

#### 検尿

おしっこに病気のサインが  
隠れていないかな？



朝いちばんの  
おしっこを  
とってください！

#### 骨 関節

#### 運動器検診

動きの悪いところや痛みはないかな？  
背骨や肩のゆがみはないかな？



## お世話になる校医の先生方を紹介します！

|     |                            |
|-----|----------------------------|
| 内科  | 大久保裕司先生<br>(我孫子内科胃腸科クリニック) |
| 歯科  | 谷岡芳江先生(きおろし歯科)             |
| 眼科  | 斉藤 仁先生(斉藤おとな&こどもクリニック)     |
| 耳鼻科 | 土屋英明先生(つちや耳鼻咽喉科)           |
| 薬剤師 | 五十嵐 太郎先生                   |

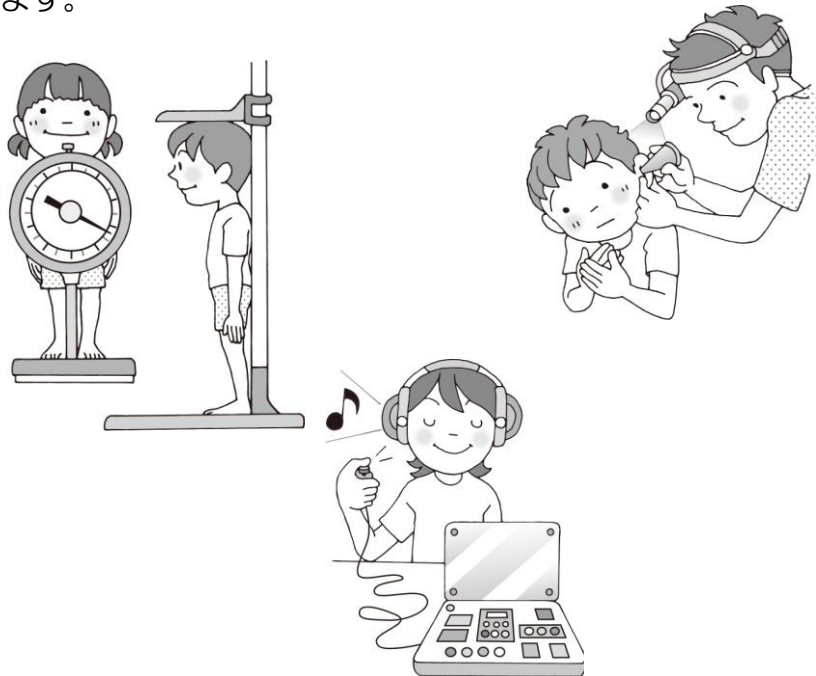
昨年度まで学校医としてお世話になっておりました住吉和夫先生(住吉整形外科医院)が、昨年度末でご勇退なさいました。今までありがとうございました。

今年度より、新しく大久保裕司先生(我孫子内科胃腸科クリニック)にお世話になります。よろしくお願いいたします。

## 保健室からのお知らせ

右に4月の保健関係行事予定をのせました。保健調査票の記入に始まり、体操服の準備やその他の書類・準備等、その都度お知らせいたします。たくさんあって大変だと思いますが、ご協力をお願いいたします。

それぞれの結果につきましては、受診の必要がある場合には、その検査結果が出てから1週間以内にお知らせいたします。異常なしの場合には7月にすべての結果がそろってから「健康の記録」でお知らせいたします。



| 月 | 日  | 曜日 | 保 健 行 事                                  |
|---|----|----|------------------------------------------|
| 4 | 7  | 木  | 保健調査票配付(2~6年)                            |
| 4 | 11 | 月  | 保健調査票配付(1年)                              |
| 4 | 12 | 火  | 身体測定②6の1③6の2④5の1                         |
|   |    |    | 保健調査票回収(2~6年)                            |
|   |    |    | 心疾患調査表配付(1・5年)                           |
|   |    |    | 小児生活習慣病予防検診のお知らせ<br>配付(5年)               |
| 4 | 13 | 水  | 身体測定②5の2③4年④3年                           |
| 4 | 14 | 木  | 身体測定②1年③2年 聴力④5年                         |
| 4 | 15 | 金  | 聴力検査②1年③2年④3年                            |
|   |    |    | 保健調査票回収(1年)                              |
|   |    |    | 心疾患調査表回収(1・5年)                           |
|   |    |    | 小児生活習慣病予防検診申し込み<br>回収(5年)                |
| 4 | 20 | 水  | 歯科健康診断(全児童) 8:20~                        |
| 4 | 21 | 木  | 小児生活習慣病健診(5年)<br>心電図検査(1年) <b>体育館で実施</b> |
| 4 | 25 | 月  | 視力検査②6の1③6の2④5の1                         |
| 4 | 26 | 火  | 尿検査1次(全児童)<br>視力検査③1年④5の2                |
| 4 | 27 | 水  | 尿検査1次予備日①                                |
| 4 | 28 | 木  | 耳鼻科健康診断1年                                |

入学式に僅かにほころんでいた藤棚の藤が、あっという間に見頃を迎えました。気温の上がり方の激しさを感じます。今年はもう既に夏日を迎えた日もありました。

例年、5月の大型連休前後に熱中症の第1回目のピークを迎えますが、今年はすでにその心配がありそうです。この所、寒暖差が激しく、体が熱さに慣れていないこと、汗を上手にかけられるようになっていないことなどが、その理由です。

学校には、年間を通じて水筒を持って登校して良いことになっていますので、是非お子さんに水筒を持たせてください。もちろん学校の水道水を飲むことができますが、体育等で移動することもありますので水筒の方が便利なおとももあるようです。通常水筒の中身は、水やお茶類です。(体調不良の時などは、改めてご相談ください。)

また、朝食の欠食や睡眠不足も熱中症の引き金となります。子供の体は大人とは違います。子ども達は日々成長しています。疲れを残さないようにご家族のサポートをお願いします。

