

# あおぞら.4月

ほけんだより NO.1

蕪山南小学校 保健室 R5.4.7

★入学・進級、おめでとうございます。この「ほけんだより」

は、青く澄んで晴れやかな「あおぞら」のように、毎日

ごしてほしいという想いを込めて届けていきます。

皆さんの心と体の健康のためにお手伝いをする、

養護教諭の飯田三奈子です。一年間、よろしくお願いします。



★新学期始まってすぐに、健康診断が始まります。健康診断は、自分の体のことを知るための大切な行事です。黒板の字が見えにくかったり、先生や友達の声が聞こえにくかったり、むし歯で歯が痛くなったり・・・そんなことがないように、学校生活を心配なく送るために必要なことなのです。

また、学校医の先生に診ていただく時の、マナーを学ぶことも一つの勉強です。何のために受けるのかを考えながら、しっかり受けられるとよいですね。

## 健康診断

## こんなことを調べます



**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？

**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？

**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？

**心臓 肺**  
内科検診  
からだの中の病気はないかな？

**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？

！  
内科検診では、ほかにも  
目やのどの様子、皮膚の  
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？



はついくそくてい ちゅうい  
発育測定<sup>の注意!</sup>



体操服で測ります

注意すること



髪の毛は邪魔にならない位置で結びましょう



かかとをビタッとつけましょう

ちゅうりょくけんさ ちゅうい  
聴力検査<sup>の注意!</sup>

受け方

1



先生が  
レシーバーを  
耳にあてます

2

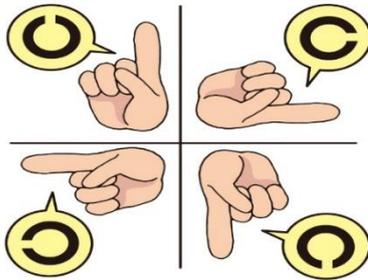


「ピー」という  
音が聞こえたら  
手をあげます

しりょくけんさ ちゅうい  
視力検査<sup>の注意!</sup>



指でさして答えましょう



メガネやコンタクトレンズ  
を使っている人は必ず  
持参しましょう



朝にチェック!

げんき  
元気の

あいうえお

あ さ、スッキリ起きられた?

い たいところはないかな?

う んちは出た?

え がおバッチリ?

お いしくごはんを食べられた?



～保護者の皆様へ～

- 新型コロナウイルス感染予防対策については、県や市の方針や感染状況によって、流動的に変わっていきます。これらの対応に変更がありましたら、随時お知らせしていきます。
- 感染症の流行時だけでなく、感染予防の観点から、手洗いは引き続き指導していきます。学校生活にハンカチは必須です。予備も含めて準備していただくと有り難いです。(前日に確認をお願いします。)
- 健康観察カードは引き続き使います。朝の健康観察をしっかりと行ってください。コロナ感染が疑われる症状での欠席は出席停止の扱いです。同居の家族(兄弟姉妹含む)が体調不良の場合は、無理せず自宅で休養するようお願いいたします。登校後、発熱等の症状で早退する場合、兄弟姉妹も一緒に早退させる場合がありますので、御了承ください。