

ほんだより4月

令和3年4月8日
 渋谷区立代々木山谷小学校
 校長 盛永 裕一
 養護教諭 大島 典子

4月の保健目標

じぶん からだ し
自分の体をよく知ろう!

けんこうしんだん はじ
健康診断が始まります

93人のかわいい1年生を迎え、新年度がスタートしました。

新しい先生、新しい教室…きっと皆さん、ドキドキ、ワクワクのことでしょう。

学校では、さっそく健康診断が始まります。1年間健康に過ごすための大切な行事です。きちんと受けて、よいスタートを切りましょう!

新型コロナウイルス感染症予防として、手洗い、マスク、換気等、これからも自分にできることをしっかり行い、安心して学校生活を送ることができるようにがんばりましょう!



~うつさない、うつらないために~



ひとりひとり
一人一人ができる感染症予防



①健康観察

朝起きたら熱がないか体温計で測りましょう。かぜの症状などがないか、自分の体の健康観察をして、健康観察表に書き、お家の方のサインをもらいます。

<学校へ持ってくるもの>

- 健康観察表
- マスク（着用して登校します。予備をランドセルの中に入れておくと安心です）
- 鼻をかんだティッシュなどを持ち帰るためのビニール袋
- 給食の時間、マスクを置く時に使うビニール袋や布
- ハンカチ、ティッシュ（ハンカチは毎日取りかえましょう）
- 水筒



毎日十分な睡眠をとり、バランスの取れた食事をするこも、とても大切な感染症予防です。

そして、これらは自分だけではなく、友達と一緒に住んでいる家族を守ることもつながります。

実施日	対象学年	実施項目	注意事項など
7 水	4~6年	身体計測	体操服を忘れないでください。 ポニーテールなど、頭の上や後ろで髪を結ばないようにしましょう。
8 木	1~3年		
9 金	3・5年	聴力	耳そうじをしてきましょう。
12 月	1・2年		
13 火	5・6年	視力	めがねをかけている人は忘れないでください。
15 木	3・4年		
16 金	1・2年		
19 月	全年	尿検査	早朝に尿をとります。忘れは21日（水）16日（金）に容器を配布します。5.6年は15日配布
20 火	1・2年	内科 ・ 運動器	前日はお風呂に入り、身体をきれいにしておきましょう。
22 木	3・4年		
27 火	5・6年		

学校医の先生を紹介しす

学校医の先生は、皆さんの健康を守るために、健康診断の他にも、さまざまな健康面のサポートをしてくださいます。また、薬剤師の先生は、皆さんが快適に過ごせるように、環境や衛生面でのサポートをしてくださいます。

- 内科 近藤 太郎 先生（近藤医院）
- 歯科 鎌田 未幾 先生（参宮橋デンタルクリニック）
- 眼科 森 真智子 先生（本町眼科クリニック）
- 耳鼻科 木村 暁弘 先生（南新宿クリニック）
- 薬剤師 竹内 淑人 先生

保護者の皆様へ

保健関係配布文書について

・保健調査票（7日配布）＜2～6年生＞

☆1～4ページの質問事項を見直し、変更がある場合は、赤で訂正してください。

12日（月）までに担任へ提出してください。

☆特に2～3ページの結核健診問診票、運動器健診問診票は健康診断で使用する大切な資料です。進級した学年の欄へ忘れずにご記入ください。

・心臓健診調査票（配布済み）＜1年生、該当者＞

☆質問事項をきれいに記入して、12日（月）までに担任へ提出してください。

健康診断について

学校で実施している健康診断は、「スクリーニング（異常のある、疑いのあるものを選び出す）」です。健康診断後に配布する“結果のお知らせ”を御覧になり、必要に応じて専門医で診断・精密検査を受けていただきますよう、よろしくお願いいたします。

特に眼科疾患、耳鼻科疾患につきましては、プール学習開始（6月中旬予定）までに受診及び治療をしてください。「結果のお知らせ」は、病院で診断結果を記入してもらい、担任へ提出してください。

健康診断は、感染症対策を講じながら実施いたしますが、場合によっては日程が変更する場合があります。変更がある場合は随時お知らせいたします。御了承ください。

何か心配なことがあれば、いつでも御連絡ください。



年度初めで保健関係のプリントや提出物等が多く、お手数をおかけしています。いずれもお子様の健康に関わる大切なことですので、よくお読みになり、提出物等に御協力をお願いいたします。新学期は子供たちにとって大きな環境の変化の時でもあり、心も体も疲れやすくなっています。毎朝、お子さんの健康観察を行うようお願いいたします。なお、健康観察表に毎朝、体温を記入し、お家の方の確認サインをお願いいたします。



次の点に注意して、お子さんの様子を見てくださるようお願いいたします。

朝の健康観察のポイント

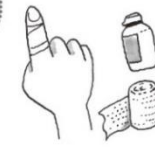
- | | |
|------------------------------------|------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 熱やだるさはないか | <input type="checkbox"/> 頭痛や腹痛はないか |
| <input type="checkbox"/> 顔色が悪くないか | <input type="checkbox"/> 下痢や便秘をしてないか |
| <input type="checkbox"/> 睡眠は足りているか | <input type="checkbox"/> 咳やのどの痛みはないか |
| <input type="checkbox"/> 食欲はあるか | <input type="checkbox"/> 元気はあるか（暗い表情・無口） |

保健室ってどんなところかな？



ケガの手当てをします

「いつ」「どこで」「どんなふうに」ケガをしたのか、教えてください。



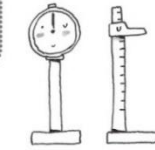
具合が悪くなったら休めます

休養したら教室に帰れそうなきは、ベッドで休みましょう。



からだの成長や状態を知ることができます

身長計や体重計も使えます。先生にひとこと言ってから、使ってくださいね。



からだについて学べます

本もあるので、知りたいことがあったら読んでください。



先生が話を聞きます

からだの“気になること”があったら、話しに来てください。悩みや相談があるときも、話を聞きますよ。



保健室でも これはできません

病院とはちがうので、のみぐすりはあげられません。

しつばんそうこうの取りかえなどは、おうちでしてくださいね。

保健室にあるものを、かってに使ったり、持ちだしたりしないでね。



＜新型コロナウイルス感染症について＞

児童や保護者等（同居者を含む）が新型コロナウイルスへの罹患者や濃厚接触者となった場合には、学校へ連絡をお願いします。

本校では文科省や渋谷区教育委員会から出たガイドラインやマニュアルに基づき、感染症対策を行っています。詳しくは、本校ホームページに掲載されている「代々木山谷小 感染症対策ガイドライン」を御覧ください。