



# ほけんだより



令和6年4月8日(月) 南郷小保健室発行



## ～ご入学・ご進級おめでとうございます～

お子様のご入学、ご進級おめでとうございます。

4月から南郷小学校の保健室を担当することになりました大内鈴音(おおうちりおん)と申します。

南郷小学校の子どもたちの心と体の健康を守るお手伝いをさせていただきます。

何かありましたら、お気軽にご連絡、ご相談ください。

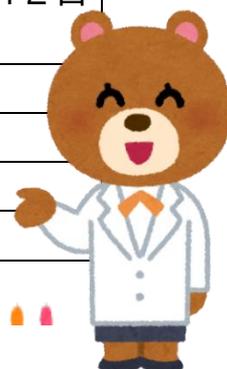
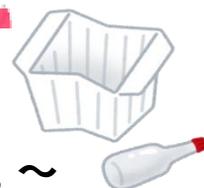
よろしくお願いいたします。



## 健康診断がはじまります

～1学期の健康診断予定です。ご確認よろしくお願いいたします。～

日にち 時間	検査	実施学年
4月9日(火)1校時	身体測定 視力検査 聴力検査 ※5年のみ	5年生・6年生
4月10日(水)1校時	身体測定 視力検査 聴力検査 ※3年のみ	3年生・4年生
4月11日(木)1校時	身体測定 視力検査 聴力検査	1年生・2年生
5月7日(火)10:10～	心電図検査	1年生・4年生・希望者 ※希望調査は4月12日(金)に配付します。
5月15日(水)14:00～	内科検診	全学年
5月17日(金)	尿検査①	全学年
5月21日(火)13:30～	歯科検診	全学年
5月31日(金)	尿検査②	1回目未提出者



## ～今年度お世話になる学校医の先生方です～

[学校医]

なかやクリニック  
中谷武先生



[学校歯科医]

新藤歯科  
新藤洋子先生



[学校薬剤師]

ふるまち薬局  
渡部一彦先生



子どもたちの健康を守るために、健康診断や感染症対策など学校生活における助言、水道やプールの水質検査、教室の照度検査などでお世話になります。

## <保健室の使い方について>

児童の皆さん、今年度もルールを守って利用してくださいね！

保護者の皆様、子どもたちと一緒に今一度、確認をお願いします。

- ①保健室を利用するときは、必ず担任の先生に伝えましょう。
- ②保健室での休養は原則1時間とします。
- ③保健室の医薬品は無断で使用してはいけません。
- ④飲み薬などは学校からは与えられません。  
※家庭から薬を持参する場合、連絡帳で学校へ連絡をお願いします。
- ⑤保健室での手当は、あくまでも応急処置です。  
ご家庭でのけがや継続する処置等をご家庭で対応をお願いします。
- ⑥健康に関する悩み事や学校生活における悩み事など、  
心と体の健康相談の場としても活用してください。



## 「健康チェックのポイント」

### <目>

- ・目やにがある
- ・目が赤い
- ・まぶたが腫れぼったい
- ・まぶしがる



### <鼻>

- ・鼻水が出る
- ・鼻づまりがある
- ・小鼻がピクピクしている

### <耳>

- ・痛がる
- ・耳だれがある
- ・耳をさわる



### <皮膚>

- ・赤く腫れている
- ・湿疹がある
- ・カサカサしている
- ・水疱、化膿、出血している
- ・紫斑がある
- ・肌色が蒼白である
- ・打撲のあざや傷がある など

### <口>

- ・唇の色が悪い(紫色 チアノーゼ)
- ・口の中が痛い
- ・舌がいちごのように赤い

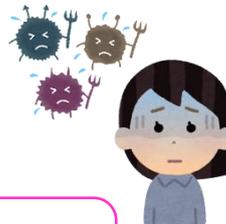
### <のど>

- ・痛がる
- ・赤くなっている
- ・声がかれている
- ・咳が出る



### <呼吸>

- ・呼吸が苦しそう
- ・ゼーゼーしている
- ・胸がへこむ



### <お腹>

- ・張っていてさわると痛がる
- ・股の付け根が腫れている

### <食欲>

- ・普段より食欲がない



### <尿>

- ・回数、量、色の濃さ、においがいつもと違う
- ・血尿が出る

### <便>

- ・回数、量、色の濃さ、においがいつもと違う
- ・下痢、便秘がある
- ・血便が出る
- ・白色便が出る など

### <顔色>

- ・顔色がいつもと違う
- ・表情がぼんやりしている
- ・視線が合わない
- ・目つきがおかしい
- ・無表情である

### <睡眠>

- ・泣いて目が覚める
- ・目覚めが悪く機嫌が悪い

このような症状がある場合早期の受診が必要になります。