

元気ですか

磐田北小学校
H.30.4.5
保健だより第1号

平成30年度

学校保健計画

保健目標：進んでけんこうな心と身体をつくろう！

ステージ	月	健康のめあて	主な指導
やる気	4	自分の心と体を 知ろう	・元気な心と身体で1年が過ごせるようにめあてを立てる。
	5	正しい姿勢で 生活しよう	・毎日の生活で姿勢が悪くなる場面を考え、良い姿勢でいようという意識を高める。
根気	6	歯を 大切にしよう	・むし歯がしやすい生活習慣を知る。
	7	暑さに負けない 体をつくろう	・暑さを乗り切るための生活の仕方を考える。
本気	8	けがをしない	・生活リズムを整えて2学期をスタートさせる。
	9	ようにしよう	・けがの原因を考えて予防する。
	10	目を大切にしよう	・視力を落とさない生活をする。
元気	11	かぜを 教室の換気を しよう	・教室の換気をする。 ・気温の変化に応じて衣服の着脱をする。
	12	うがい手洗いを しよう	・うがい手洗いと感染症予防との関係を知る。
ほやこげ	1	規則正しい 生活をしよう	・規則正しい生活をして、心を強くしよう。
	2	心の健康について 考えよう	・身体と心はつながっていることを知る。
	3	1年間を 反省しよう	・健康と安全な生活について振り返る。

今年度も
よろしく
お願いします



よつば学府のめざすもののひとつに「コミュニケーション力を育てる」があります。

学府の養護教諭部として、3校歩調を合わせて、コミュニケーションの基礎となる「自尊感情」の向上を重視した保健室経営をしています。

お子さんの心身の気になること、困っていること、何でもいいですよ、保健室にどうぞお寄りください。

健康安全の日

- 1 実施日時と内容……年間計画（月1回）に基づき、上記の内容を指導する。
- 2 指導の重点……①自分の生活を見つめる場を設ける
②よりよい生活習慣を身につけようという意識を高める
③家庭と連携して実践につなげる
- 3 その他……「ゲーム・インターネットは（やってもいいけれど）1時間以内」の意識は定着してきました。この調査はもう少し続けます。



平成30年度 定期健康診断計画表



健康で楽しい学校生活を送るために必要な検診(検査)です。「自ら受ける」という気持ちで臨んでください。

項目	注意事項	1年	2年	3年	4年	5年	6年
体格測定	・身長・体重を測る。 ・髪は頭頂部で結ばない。手足の爪は短く。 ・持ち物: 体操服 	4/10		4/9		4/6	
視力測定	・持ち物: メガネ (ある子) 	4/6(金)~12(木)この間に学級で測定					
耳鼻科検診	・前日までに 耳のそうじ しておく。 13:15~ 1年生:下校時刻がいつもより少し遅くなる。 ※「 発音がおかしい 」と感じるお子さんは担任に伝えておく。 	4/16		4/13		4/12	
歯科検診	・食べかすが付いていると検診の妨げになる。 ていねいに歯をみがいて登校 する。 8:30~ 		5/16			4/18	
眼科検診	・普段から、前髪が目にかからないようにする。 ・検診の前に眼をこすらない。 9:00~ 			4/19			
尿検査	・前の日は ビタミンC の飲食は控える。 ・朝起きたらすぐにトイレに行って尿をとる。 4/23(月)に容器を配布。袋と容器にシールを貼る。 		4/24	※当日欠席していても、保護者が8:50までに保健室に提出すれば検査可能。			
(尿検査2次)	・対象者:4/24の結果が陽性の子。前日までに容器配布。		5/8(火)朝提出。				
心電図検査	・「 心臓病調査票 」を4/23に配布する→4/26までに提出。 ・ 体操服 で受けるので、当日持参する。 8:30~ 	5/8		5/8		5/8	
聴力検査	・耳を清潔にしておく(耳のそうじなど)。 9:00~ 		6/11			6/11	
内科検診 (結核検診)	・検診2~3週間前に「 結核検診問診票 」を配付する。 ・ 体操服 で受けるので、当日持参する。 13:10~	5/29	5/25	5/18	5/24	5/17	5/22

その他のお知らせとお願い

「保健調査票」「健康管理カード」表裏1枚にしました

具合が悪くて来室した子には、保健調査票と健康管理カード両方で、日頃の様子を参考に早退や経過観察の判断をしていますが、それぞれ別のファイルのため、取り出すのに時間がかかりました。判断は早い方がよいと思い、表裏1枚にしました。裏面の記入漏れに御注意ください。

忘れ物や不備が無いようお願いします

「めがね」や「体操服」を忘れる、身長を測る日に頭頂部に「ヘアピン」「ヘアゴム」がしてある、問診票や調査票に「記入漏れ」がある・・・などにより、検診や検査に支障が出る場合があります。御注意ください。

健康診断でわからないことがありましたら、養護教諭(北小:32-6168)まで御連絡ください。

検診当日欠席した場合

まだ他学年の検診日が残っていれば一緒に受けていただきますが、最終日までに実施できない場合は、保護者の御都合のよい日に校医の医院に行ってください、受診をします。

お世話になる校医・薬剤師の先生

医院(薬局)名

電話番号

片桐小児科医院	35-4712
小林歯科医院	32-2552
福田眼科医院	36-5222
西貝塚耳鼻咽喉科クリニック	33-0871
大阪屋薬局	35-4640