

貝塚市立
津田小学校
2021.4.8



新しい年度が始まりました。進級おめでとうございます。
新1年生を迎えて、193名でスタートです。

みなさんが健康で楽しく過ごせるよう、応援しています。
ほけんだよりでも、みなさんが自分のからだをずっと守って
いくための情報を伝えていきます。どうぞよろしくお願い
します。



保健調査票の記入をお願いします

保健調査票は「学校医による健康診断時の診察」、あるいは「日常の学校生活や行事における健康管理」、そして「緊急時に対応するための資料」として活用させていただきます。お子さまの様子をできるだけ具体的に詳しくご記入ください。



★毎年、年度初めに見直しをお願いします。変更はないか、全体に目をお通しください

あさのけんこうチェック

<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
夜はよく眠れましたか？	朝ごはんは食べましたか？	顔色は悪くないですか？	痛いところはないですか？	せき・鼻水は出ていませんか？	悩みや心配なことはありませんか？	

健康診断について

例年、4月～6月にかけて健康診断を実施しています。日程については、学年だより等でお知らせしていますので、ご確認ください。

なお、欠席すると受けられない場合もありますので、なるべくお休みのないようにお願いします。

未来の自分のためにできることは？

好きなものを食べたい時にバクバク
家でゲームばかり。運動はしないよ
もっと痩せたい！ごはんはいらぬよ

今は大丈夫。でも、こんな生活を続けていると未来の自分は…

肥満になってしまった
少し動くだけでも体がだるい
貧血でフラフラする

未来の自分はどうなりたい？ 生活習慣を見直してみよう

① 3食バランスよく食べる
② 早寝早起きを心がける
③ 適度な運動をする

学校医等の先生方を紹介します

みなさんの健康を守るために、健康診断や学校環境衛生検査などをしてくださる先生方です。

- 内科医 → 青山 修先生 青山クリニック (澤)
- 歯科医 → 菅田 二郎先生 菅田歯科医院 (北町)
- 耳鼻科医 → 小池 薫先生 小池耳鼻咽喉科 (畠中)
- 眼科医 → 岩崎 智恵子先生 眼科岩崎クリニック (西町)
- 薬剤師 → 根来 知子先生 森本薬局 (中町)

おし
教えて
ほしい

4つのこと



ケガをして
保健室に来たときは…

いつ どこで

何をしていて

どうなった

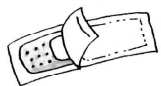
を教えてください。

ケガの状態によって、どんな応急手当をするか、病院に行って治療したほうがいいのか判断します。ゆっくりで大丈夫。きちんと自分の言葉で伝えてね。



保健室にありそうでないもの、どれだ?

① ばんそうこう



② 薬



③ まくら



正解は、②の薬。

保健室は病院ではないので、カゼ薬や痛み止めなどの薬を出すことはできません。薬を飲まないといけないときは、家から持ってくるのを忘れずに。

知って守ろう! 自分の健康



守ってね! 保健室のルール

保健室をみんなが気持ちよく使えるように、守ってほしいルールがあります。まちがっているのはどの子かな?



1



保健室に入るとき・出るときはあいさつを。

3



保健室で借りたものは、症状が落ち着いたら返すにしてください。

2



ケガをしたときは、傷口をきれいに洗ってから保健室に来てください。

4



体調が悪くて休んでいる人もいます。保健室では静かにしましょう。

5



具合が悪いときに寝るためのベッドです。