

ほけんだより 4月 No.1

令和7年4月7日

酒河小学校保健室

入学・進級おめでとうございます

4月は、出会いの季節です。友だちや先生と元気に学校生活のスタートがきれるといいですね。元気な毎日を送るために、朝ごはんはとても大切。しっかり食べて、脳と体にパワーをチャージしましょう。



こんにちは、5年目になります養護教諭の渡辺裕美です。
みなさんが健康に過ごせるようにお手伝いをさせていただきます。1年間よろしくお願いします。

保健関係の書類提出について(お願い)

健康診断が始まります。子どもたちの健康状況を知るための保健調査等の提出物がたくさんあります。大変お忙しいと思いますが、ご協力をお願いします。

- 1 家庭連絡票(2年以上)
- 2 保健調査票(2年以上)
- 3 結核に関する問診票(全員)
- 4 運動器検診保健調査票(全員)
- 5 学校心臓検診調査票(1・4年)
- 6 スポーツ振興センター同意書(1年)

提出期限 4月11日(金)

☆昨年、家庭連絡票を新しい様式に変更し保険証記入欄を不要としましたので、2年生は、新様式への記入をお願いします。

☆緊急連絡先は、必ずつながる番号をご記入ください。

☆記入もれのないようにお願いします。



毎朝の **おはよう** チェック を習慣に

お おいしく朝ごはんを食べられましたか?

は ハンカチ・ティッシュは持ちましたか?

よ よく眠ってすっきり起きられましたか?

う うんちは気持ちよく出ましたか?



ケガをしたら保健室 ちよつと待って! その前に...

血が出ていたら
ろうかや臉を汚してしまうかも。
せいけつなハンカチなどで押さえて来ましょう

傷口が汚れていたら
そのままでは手当てができません。
水道水で汚れを落としましょう

頭を強く打っていたら
動かすと悪化するかも。
周りの人が先生を呼びましょう

あわてず落ち着いて対応しましょう

保健室へ来たら教えてほしい **6つのポイント**

ケガをしたときや調子が悪くなったときのあなたの状況を教えてください。

- ① いつ
- ② どこで
- ③ 体のどこが
- ④ だれと
- ⑤ どうして
- ⑥ どうなった