



令和4年4月7日 保健室

おうちの方と読みましょう

ご入学・ご進級おめでとうございます!

新年度がスタートしましたね!

今年度より小堤小の一員になりました、養護教諭の立花 日菜(たちばな ひな)です。小堤小のみなさんに会えるのをとても楽しみにしていました! みなさんが元気に楽しく学校生活を送れるよう、精いっぱいサポートしていきます。よろしくお願いします。

こんなときは保健室へ

- ・けがをしたときや具合が悪いとき
- ・悩みや不安なこと、お話ししたいことがあるとき
- ・からだについて知りたいことがあるとき

マナーを守って
利用しましょう!



その症状、体調不良のサインかも!?

朝の健康チェック

こんなところを
見てあげてください。



- | | |
|------|------------------|
| 顔・表情 | 顔色が悪い、ぼんやりしている |
| 鼻 | 鼻水・鼻づまりがある |
| のど | 赤くなっている、咳が出る |
| 皮膚 | 腫れている、ジクジクしている |
| 尿・便 | 回数が多い、においや色が違う |
| 食欲 | 普段より食べる量が少ない、吐く |
| 睡眠 | 夜中に何度も起きる、目覚めが悪い |

当てはまる
ものがあれば、
体調不良のサイン
かもしれません



また、すぐに受診したり
お休みするほどではない場
合も、気になることがあれ
ば知らせてくださいね。

健康診断がはじまります

? なぜ毎年いろいろな健康診断を受けるの?

① 自分のからだについて知るため
どれくらい成長しているか、病気はないか確認しましょう。



② 自分の健康を守るため
検査や治療が必要だったら早めに病院に行きましょう。

③ 健康なからだを育てるため
より健康に過ごすためにはどうしたらいいか考えるきっかけにしましょう。

4月の健康診断スケジュール

日にち	内容
8日(金)	・身体測定 視力・聴力検査(2、3、5年生)
11日(月)	・身体測定 視力検査(4、6年生) ・視力再検査(3、5年生)
13日(水)	・身体測定 視力・聴力検査(1年生) ・視力再検査(2、4、6年生)
19日(火)	・尿検査一次(全学年)
27日(水)	・眼科検診(全学年)

お世話になる校医の先生方

健康診断の時だけでなく、日ごろからみなさんの健康を見守ってくださる学校医の先生方です。

- 内科
中島 亜希子 先生(芳香会病院青嵐荘療育園)
- 耳鼻科
大垣 治幸 先生(大垣耳鼻咽喉科)
- 歯科
渡辺 潔 先生(わたなべ歯科クリニック)
- 眼科
水流 恵子 先生(つる眼科クリニック)
- 薬剤師
松島 げん 先生(丘里薬局)

