

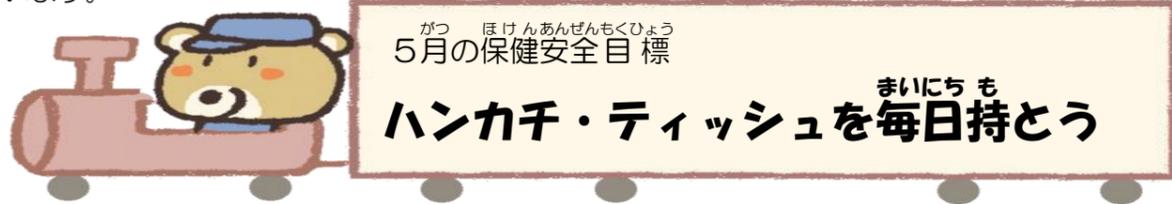


令和6年4月25日

碧南市立大浜小学校

保健室

みなさんが楽しみにしているゴールデンウィークが始まりますね！ゴールデンウィークでも、学校がある日と同じように早ね・早起きができるとういす。たくさん寝て、食べて、運動することで体の免疫力(病気と戦う力)が高まり、病気にかかりにくい強い体をつくることができます。長いお休みは、生活リズムがくずれやすいのです。規則正しい生活を意識しましょう。またみんなの元気な姿が見られるのを楽しみにしています。



こんげつ けんこうしんだん
今月の健康診断

内科検診

心臓や肺に病気や異常がないかを調べます。また、栄養状態や脊柱そくわん症になっていないかについても調べます。

1年生:9日 2年生:24日 3年生:23日
4年生:17日 5年生:30日 5~9組:23日

眼科検診

目の病気や視力にえいぎょうをあたえる目の異常がないかを、目の中(ひとみ)やまぶたの裏側を見て調べます。

1年生:22日

心電図検査

心臓がきちんと動いているかを、心電計という機器を使って、くわしく検査します。

1・4年生:15日

尿検査 全校児童:28・29日

おしっこ(尿)から、じん臓などが病気にかかっていないかを調べます。検査の前日に、ビタミンが入っているジュースなどはのまないようにしましょう。提出用の容器のふたはしっかりと閉まっているか確認してくださいね。

ほけんしつのかたかくにん
保健室の使い方を確認しよう！

こんなときは保健室へ行きましょう

けがをした
痛いところがある(頭やおなかなど)
体のことについて、知りたいことがある
気分が悪くなったはきそう
なやんでいることがある

保健室に行く前には、先生に伝えましょう。

保健室を利用するときは…

休んでいる人がいるときは、静かな声で話しましょう。
保健室の器具や本を借りる前に、先生の許可をもらいましょう。
けがや病気の手当を受けたら、記録表に記入しましょう。

保健室の先生に伝えるポイント

◎けがの場合
「いつ？」(例:昼休みに)「どこで？」(例:校庭で)
「何をしていた？」(例:ドッジボールをしていた)
「どうしたのか？」(例:つき指をした)

◎病気の場合
「いつから？」(例:朝から)「どこが？」(例:頭が)
「どんな感じ？」(例:痛い)

けがをした理由や体の具合を、保健室の先生にはっきりと伝えましょう。