

ほけんだより



令和7年度
大和東小
保健室



ほけんだより + ほけんの先生 + 保健室 どうぞよろしく!!



1年生のみなさん、入学おめでとうございます。大和東小学校へようこそ！
2年生以上のみなさん、進級おめでとうございます。

いま、あなたが読んでいる「ほけんだより」は、学校からのお願いや、からだ・こころの健康についてなど、「ほけんの先生」（養護教諭といいます）からあなたとおうちの方へ知らせるおたよりです。まもなく始まる「健康診断」など、みなさんの成長にかんすることや元気にすごすための大切な情報をわかりやすくお伝えしていきます。みなさんが元気にすごせるようにいっしょけんめいサポートしていきます。どうぞよろしくお願ひします。

4月の保健目標

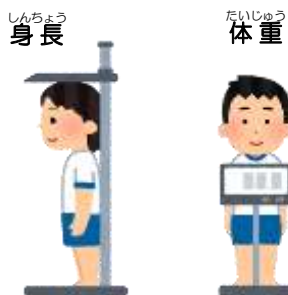
健康診断を正しくうけよう

どうして学校で
健康診断をするの？

- ◎ からだの状態や成長の様子がわかります
- ◎ 異常・病気を早く見つけられる・早くなおすことができます
- ◎ 自分のからだについて知り、興味をもつことができます

4月に行われる健康診断

発育測定



身長を測る日は
ポニーテールや
お団子ヘアに
しないでね

視力検査



前髪が目にかから
ないように、切る
か留めましょう

聴力検査

（行わない学年もあります）



順番を待つ間
しゃべったり、
音をたてないよ
うにしましょう

尿検査



配られたプリント
をよく読んで尿
をとりましょう

校医さんの
紹介です



保健室 は、どんなところ？

こんなときは保健室へ

おぼえてね！ 保健室のやくそく

★ けがをした



★ くあいが悪くなった



★ 相談したい、話を聞いてほしい



★ からだやこころ、健康について知りたい



★ けがや病気で来るときはなるべく担任の先生に言う



★ 「学年・組・名前」

「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える

しつれいします

〇年〇組〇〇〇〇〇〇です



★ 保健室の中ではさわがない・走らない



保健室で『できないこと』とは？



✕ 長い時間の休よう

保健室で休むことができるのは短い時間だけ。教室にもどることがむずかしいときは、おうちの人のおむかえで「そうたい」になります。



✕ つづけての手当て

保健室で受けられるのは「おうきゅうしょち」。その後のちりようは病院に行き受診し、お医者さんの指示にしたがいましょう。



✕ のみ薬をもらう

かぜ薬や頭痛薬などは保健室でもらえません。ひつような薬は自分で持って来てください。

保護者の方へ

保健室の利用について

保健室には、毎日いろいろな児童が来室します。心に不安や悩みをかかえているために、体の不調を訴える児童も少なくありません。保健室では、子どもたちみんなが明るく元気に学校生活が送れるようにお手伝いをするよう心がけています。

そのために、次のような約束を設けていますので、ご理解・ご協力をお願いします。

- (1) 体調が悪く、保健室で休養する場合は、1時間を目安とし、それでも回復しない場合は保護者の方に連絡しますので、お迎えをお願いします。
- (2) 学校でけがをした場合は、応急手当てを行います。必要に応じて医療機関へ連れて行きますが、その際には、保護者の方に保険証を持って医療機関に来ていただきます。
- (3) 消毒薬の使用が、皮膚損傷面への刺激となり、回復を遅らせることもあるので、すり傷などへの消毒薬の使用は最小限にしています。
- (4) 打撲や捻挫の場合、冷却し、状態によっては湿布薬を使用することがあります。しかし、湿布薬がかぶれたり、赤く腫れたりすることがありますので、使用は最小限にしています。

※ お子さんの健康についてご心配なことや保健行事について不明な点がございましたら、養護教諭 までお尋ねください。