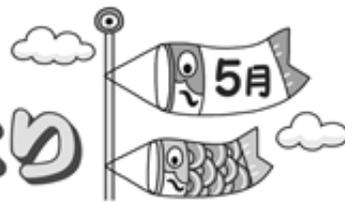


ほけんだより



2024.4.26 四條畷市立岡部小学校 保健室

新年度が始まり、そろそろ疲れが出てくる頃です。朝の健康観察に気をつけ、体調に変化がありましたら、学校にもお知らせください。運動会の練習も始まります。水筒、ハンカチを忘れないように持たせてください。5月に予定している保健行事をお知らせします。検診当日はできるだけ、欠席しないようにお願いします。検診を欠席しますと、後日、校医に受診していただくこととなりますので、ご了承ください。提出の必要な書類も本日配布しておりますので、記入し、提出をお願いします。



毎朝 チェック しよう!

寝起きはよかったですか？

何時に寝れば スッキリ起きられるかな？

食欲はありますか？

脳やからだのエネルギーになる 糖質はおすすめ

熱っぽくないですか？

自分の平熱を 覚えておきましょう

ウンチはできましたか？

朝ごはんの後に 「トイレ」の習慣をつけてみよう

頭やお腹、他にも痛い ところはありますか？

からだの声には、 きちんと耳を傾けよう



5月の保健行事と問診調査票記入のお願い

◎眼科検診……………	10日(金)	13:30~	1・2・4年
◎心臓検診一次……………	13日(月)	11:00~	1年
◎内科検診……………	16日(木)	13:30~	全学年
◎尿検査二次……………	23日(木)・24日(金)	9:30~	(対象者には後日連絡します。)
◎歯科検診……………	30日(木)	9:00~	全学年

検診がある日にはマスクと
たいそうふく
体操服を持ってきましょう。

【本日、配布しているもので、学校への提出が必要なもの】

5月1日(水)までに提出をお願いします。

- * 『内科検診のための問診票』
整形外科の項目は、問診票の裏の絵を参考に各家庭で確認をして答えてください。
- * 『結核健康診断問診調査票』
必ず、えんぴつで記入してください。記入もれのないようにしてください。封筒に入れて提出してください。
- 1年生のみに配布
- * 『心臓検診調査票』
検査日は、5月13日です。記入もれのないようにしてください。

健康診断

受診のおすすめを
もらった人は

病気や異常の疑いがあるので、
病院で診てもらいましょう。
早めに受診すれば治療も早く終わられます。

検診で、受診が必要となった場合、『治療依頼書』を発行します。視力検査や歯科の定期検診などで、病院に通っていて、すでに受診の予定がある場合は、その時で構いませんので、受診されましたら、『治療依頼書』を学校に提出してください。また、学校の健康診断はスクリーニング(ふるい分け)のため、受診の結果『異常なし』となることもありますので、ご了承ください。

また、検診には、問診票の提出が必要なものがありますので、その際には、マチコミメールなどでお知らせします。期限までに提出のご協力を、よろしくお願いします。

5月に
気をつけたいこと

あつい？ さむい？ 服で調節しよう

あたたかい日もありますが、まだまだ気温の変化は大きいです。服でじょうずにあつさ・さむさを調節しましょう。

のどがかわいた！ の前に 水分をとろう

じつは、「熱中症」の危険は5月から始まっています。「のどがかわいた」と思う前に、こまめに水分をとりましょう。

おひさまに 注意！ ぼうしをかぶろう

徐々に日差しが強くなってきます。外で遊ぶ時は、ぼうしを忘れずに！