

令和6年4月号

東浪見小学校

保健室

お子様のご入学・ご進級おめでとうございます。

4月より保健室におります養護教諭の五十嵐仁美と申します。お子様が元気に楽しく学校で過ごせるようサポートして参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。ほけんだよりでは、からだや心の健康について様々な情報を載せていきます。お子様と一緒に読みいただけますと幸いです。



## 保健関係書類の記入・提出をお願いします

本日、以下の書類が入った、保健関係連絡袋を配付しました。

これらの調査は、健康診断をよりの確に行うために、また学校でのお子様の健康管理をする上での大事な調査となります。心身の状態やアレルギー等、学校に知らせておきたいことの記入をお願いいたします。

提出期限は、4月12日(金)です。

- ① 保健調査票
  - ② 結核検診問診票
  - ③ 運動器検診保健調査票
  - ④ 心電図検査票（1年生のみ）
  - ⑤ 色覚検査希望調査票（4年生のみ）
- \* 耳鼻咽喉科調査票は後日配付いたします。



## 春休みモード → 学校モードへ

新しい生活が始まる春は、気持ち的にも生活リズムを作りやすい時期です。生活リズムを整えて、気持ちよく新年度のスタートが切れるとよいです。



## 生活リズムを作る3つのポイント

1

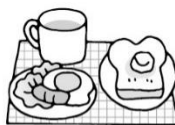
早寝・早起き



成長ホルモンは睡眠中にたくさん分泌されます。夜9時には寝て、朝も決まった時間に起きましょう。

2

朝ごはん



体を目覚めさせるスイッチで、1日のエネルギー源にもなります。栄養のあるものを食べましょう。

3

ウンチ



朝ごはんの後は、ゆっくりトイレタイム。出なくても、トイレで座る習慣をつけましょう。

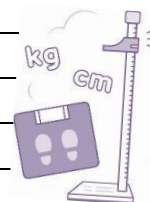
# 令和6年度 定期健康診断年間予定

※日程は変更する可能性があります。

項目	日	時間	対象	検査者
身体計測	4月12日(金) 9月4日(水) 1月8日(水)	1, 2校時	全学年	学級担任 養護教諭
視力検査	4月15日(月)	1~3校時	全学年	養護教諭
聴力検査	4月16日(火)	1, 2校時	1・2・3・5年	養護教諭
尿検査(一次)	4月17日(水)	朝	全学年	医師会診療所
尿検査(二次)	5月1日(月)	朝	一次検査有所見者 一次検査未実施者	医師会診療所
色覚検査	4月18日(木)	午前	4年希望者	養護教諭
心電図検査	4月23日(火)	9:00~の 一宮小終了後	1年	医師会診療所
眼科検診	4月26日(金)	13:30	全学年	岡田眼科医院 岡田医師
内科検診	5月8日(水)	13:30	全学年	秋場医院 秋場医師
耳鼻咽喉科検診	5月13日(月)	13:30	3年対象者 聴力検査有所見者	K・Iクリニック スミス医師
3Dスコリオ検診	5月16日(木)		5年生	ちば県民保健予防財団
歯科検診	5月20日(月)	8:30	全学年	とみさわ歯科クリニック 佐藤医師
側彎症X線検診	6月21日(金)		スコリオ有所見者 他対象者	ちば県民保健予防財団
小児生活習慣病予防検診 (血圧・腹囲測定)	9月中旬	午前	4年希望者	町保健センター保健師 養護教諭
小児生活習慣病予防検診 (採血)	10月2日(水)	9:00~の 一宮小終了後	4年希望者	医師会診療所
修学旅行前検診	9月中旬	13:30	6年	秋場医院 秋場医師

## 4月の保健行事のお願い

項目	お願い等
身体計測	髪は頭頂部で束ねず、低い位置で束ねてください。2つ縛りが望ましいです。
視力検査	メガネ・コンタクト使用者は忘れずに持ってきて下さい。
聴力検査	髪が耳にかからないよう束ねてください。
尿検査(一次)	容器は前日の16日に配付します。
色覚検査	プライバシーに配慮しながら実施します。
心電図検査	当日欠席した場合は、指定日に保護者の方が検査会場まで送迎しての受診となります。
眼科検診	前髪が目にかからないようにしてください。



## お世話になる学校医の先生の紹介



内科	秋場医院	秋場 齊先生
歯科	とみさわ歯科クリニック	佐藤 将洋先生
耳鼻咽喉科	K・Iクリニック	スミス 馨子先生
眼科	岡田眼科医院	岡田 恒治先生
薬剤師	ツルハドラッグ茂原店	鈴木 正和先生

令和6年4月より学校歯科医の先生が変更となりました。

