

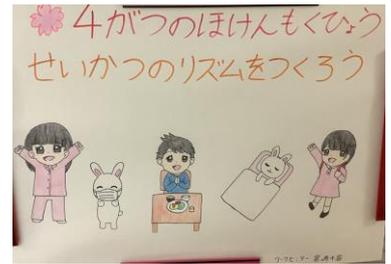
ほけんだよりは、お家の方といっしょに読みましょう。

令和5年4月21日

白兔養護学校 保健室

ほけんだより4月

4月の保健目標 生活のリズムをつくろう



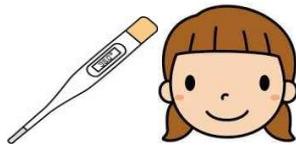
入学・進級おめでとうございます。新学期がスタートしました。新しい教室、新しい先生や友だちなど、新しい環境に子どもたちの心の中は期待と不安でいっぱいだと思います。御家庭でも、お子さんの心身の変化には気を配っていただきますようお願いいたします。保健室でも子どもたちが心もからだも健康に過ごせるように見守っていきたくと思います。また、新型コロナウイルス感染については、引き続き感染拡大防止対応を行います。今後とも御協力よろしくお祈りいたします。

お子さんの朝の様子はどうですか？ 健康観察をお願いします！

「早寝・早起き・朝ごはん」などの規則正しい生活を送ることにより、心身の安定が保たれ、病気やけがも少ないと言われておりますので、規則正しい生活の実践に御協力ください。

また、朝の健康観察チェックをお願いします。心配なことがありましたら、連絡帳などで担任へお知らせください。

**※寝起きはどうですか ※ぐっすり眠れましたか ※排便のリズムはどうですか
※食欲はありますか ※腹痛や頭痛を訴えていませんか ※顔色や表情はどうですか ※
体温は何度ですか？（朝の体温を学校にお知らせください。）**



新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本

- 手洗い・消毒**：外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗い、消毒をします。
- 普段の健康管理**：普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきます。
- 適度な湿度を保つ**：空気が乾燥するとどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50~60%)を保ちます。

■ほかの人にうつさないために<3密を避ける><換気>

対面で人と人との距離が近い接触(互いに手を伸ばしたら届く距離でおおよそ1~2mとされています)が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。十分な換気をすることも重要です。

校医の先生方の御紹介

これから1年間、健康診断などでお世話になる校医の先生方です。

内科	中野 英二	先生 (鳥取医療センター)
眼科	恩田 健史	先生
耳鼻科	三橋 耕平	先生 (鳥取赤十字病院)
精神科	池成 孝昭	先生 (鳥取医療センター)
歯科	米澤 端	先生 (米澤歯科医院)
薬剤師	前川 眞美	先生 (よつば薬局) …本年度よりお世話になります



本校の学校看護師 (本校) 田中さん・藤内さん (訪問) 鈴木さん・伊藤さん よろしくお祈りいたします。

杉村養護教諭と森本養護教諭の二名で頑張っていきます。

気軽にいつでも保健室に声かけてください。よろしくお祈りいたします。

1学期を中心に健診や検査を行います。そのために様々な保健関係書類が必要となります。書類の提出につきまして御協力よろしくお願いします。

健康診断は、お子さんの成長やからだの具合をみる大切な行事です。自分のからだを知ることは、「自分のからだを大切にすること」や「健康なからだづくりへの意欲」につながります。また、「必要な検査や治療が受けられること」は大切な自立のひとつになります。健康診断後の適切な受診や支援について、保護者の方と一緒に考えていきたいと思っておりますので、よろしくお願いします。

令和5年度 定期健康診断日程

検査項目	小学部	中学部	高等部	訪問学級
身体測定	4月20日(木) 9:20~	4月19日(水) 9:20~	4月18日(火) 9:20~	病院で実施
内科健診	5月12日(金) 13:15~ 4年 5月23日(火) 9:30~ 3年 5月30日(火) 13:15~ 2年 6月2日(金) 13:15~ 5年 6月13日(火) 13:15~ 6年 6月30日(金) 9:30~ 1年	6月2日(金) 13:40~2、3年 6月13日(火) 13:35~ 1年	5月12日(金) 13:40~ 3年 5月23日(火) 13:15~ 2年 5月30日(火) 13:55~ 1年	※
歯科健診	5月11日(木) 13:15~ 5年 5月25日(木) 13:15~ 2年 6月1日(木) 13:15~ 1、4年 6月15日(木) 13:15~3、6年	5月25日(木) 13:55~2、3年 6月1日(木) 13:55~ 1年	5月11日(木) 13:40~2、3年 6月15日(木) 13:55~1年	全員 6月1日(木) 14:45~
眼科健診	5月2日(火) 9:30~ 3、5年 5月9日(火) 9:30~2、4、6年 5月26日(金) 9:30~ 1年	5月9日(火) 13:15~2、3年 5月26日(金) 9:30~ 1年	5月2日(火) 13:15~2、3年 5月26日(金) 13:15~1年	全員 5月26日(金) 14:15~
耳鼻科健診	6月27日(火) 13:30~ 6年 6月29日(木) 13:30~2、5年 7月4日(火) 13:30~ 3年 7月6日(木) 13:30~1、4年	6月27日(火) 13:45~ 1年 7月4日(火) 14:00~2、3年	6月27日(火) 14:10~ 3年 6月29日(木) 14:10~ 2年 7月6日(木) 14:10~ 1年	全員 6月27日(火) 14:45~
尿検査	全員 5月9日(火) ~ 5月11日(木) 9:30までに保健室前廊下へ提出			※
心電図検査	小1・4、中1、高1 4月26日(水) 9:30~小1、4年 5月1日(月) 9:30~中1、高1			※
レントゲン撮影	高1 5月1日(月) 9:30~			※

訪問学級：※の項目は主治医の診察や検査をもってかえます。

令和5年度「学校における医薬品使用の介助に関わる手続きについて」

- 医師から処方された常用薬・臨時薬を、昼食時などに使用される時にお子様お一人様でできない場合には、職員が介助します。ただし、内服薬・塗り薬・点眼薬など処方された医薬品に限ります。
- 介助を希望される場合、「学校における医薬品使用の介助申請書」の提出をお願いします。申請用紙が必要な方は保健室までご連絡ください。本校ホームページからも印刷していただけます。
- 申請にあたっては、必ず薬剤情報は最近のものを貼付してください。
- 記入に際しましては、主治医と御相談の上、裏面の注意事項の欄に御記入ください。