

ほけんだよりは、お子様と一緒に読みください。

令和7年4月22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いと思います。今後とも御協力よろしくお願ひします。

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、病気やけがが少なくなると言われています。規則正しい生活の実践に御協力ください。

また、朝の健康状態の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（朝の体温を連絡帳で学校にお知らせください。）



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、の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。

校医の先生方の御紹介

今年度、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	谷口 行恵	先生(鳥取県立中央病院)
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	柴田 昌美	先生(北浜歯科クリニック)
薬剤師	前川 眞美	先生(よつば薬局)



学校看護師(本校)田中さん・藤内さん、(訪問学級)鈴木さん・伊藤さん よろしくお願ひします。

森本養護教諭と近藤養護教諭の2名で頑張っていきます。
気軽にいつでも保健室に声をかけてください。よろしくお願ひします。

健康診断

が始まります!



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。書類提出の御協力をありがとうございました。

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、よろしくお願いいたします。

令和7年度健康診断日程

検査	小学部	中学部	高等部	訪問学級
身体測定	4月18日(金)9:20~	4月17日(木)9:20~	4月16日(水)9:20~	病院で実施
内科健診	5月27日(火)9:30~ 2・4年 6月6日(金)13:00~ 6年 6月20日(金)9:30~ 3・5年 6月27日(金)9:30~ 1年	5月23日(金)13:00~ 1・3年 6月27日(金)11:00~ 2年	6月6日(金)13:35~ 1年 6月20日(金)13:00~ 2年 6月27日(金)13:00~ 3年	※
歯科健診	5月22日(木)9:30~ 5・6年 5月29日(木)9:30~ 2・4年 6月26日(木)9:30~ 1・3年	5月22日(木)10:50~ 3年 5月29日(木)13:00~ 1・2年	6月12日(木)9:30~1・2・3年	全員 5月29日(木)14:30~
眼科健診	5月26日(月)9:30~1・3・6年 5月26日(月)13:00~ 5年 6月23日(月)9:30~ 2・4年	5月26日(月)13:45~ 2年 6月23日(月)13:40~ 1・3年	5月26日(月)14:10~ 3年 6月23日(月)11:30~ 2年 6月23日(月)13:00~ 1年	全員 6月23日(月)15:10~
耳鼻科健診	6月10日(火)9:30~1・2・3年 6月19日(木)13:00~ 5年 7月3日(木)13:00~ 4・6年	6月5日(木)13:00~1・2・3年	6月19日(木)13:45~ 2・3年 7月3日(木)14:05~ 1年	全員 6月5日(木)15:00~
尿	全員 5月13日(火)~5月15日(木)9:30までに保健室前廊下へ提出			※
心電図	小4・高1 5月7日(水)9:30~小4年、高1年 小1・中1 5月13日(火)9:30~小1年、中1年			※
以外ゲッ	高1 5月7日(水)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7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、お子様一人で服薬等ができない場合には、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。申請用紙は、連絡帳に綴じてある黄色の用紙です。
- 申請にあたっては、必ず最新の薬剤情報を添付してください。
- 記入に際しましては、主治医と御相談の上、申請用紙の裏面の注意事項欄に御記入ください。

