

# 4月 保健だより

第 1 号  
令和6年4月9日  
古河第一小学校 保健室  
家族の人とよんでね。

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度が始まり、ドキドキワクワク、色々な気持ちがあふれていることと思います。この時期は環境の変化により体調を崩しやすいときです。いつもより自分の心や体の声をよく聞いて、疲れたらゆっくり休んでください。



みなさんが、元気に学校生活を送ることができるよう、保健室から応援しています。

## 4月の予定

健康診断が始まります。学校生活を元気に過ごすことができるよう、いろいろな検査や検診を行います。提出するものや持ち物などがありますので、よくチェックしてください。

日にち	内 容	持ってくるもの・注意点
4月 8日 (月)	2～6年生 保健調査票配付	提出期限：4月15日(月)
4月 9日 (火)	1年生 保健調査票配付	
4月10日 (水)	身体測定・視力検査(5・6年生)	体育着の半そで半ズボン。 (1年生はそれにかわる薄手のものを着てくる)
4月11日 (木)	" (1・2年生)	めがねがある人は必ず持ってくる。
4月12日 (金)	" (3・4年生)	髪の毛のまとめ方に気をつける。
4月17日 (水)	聴力検査(3・5年生)	前日に耳そうじをしておく。
4月24日 (水)	尿検査1次(全員)	事前に配布される容器を使って、当日の朝に尿をとる。
4月25日 (木)	眼科検診(1・3・5年生全員と2・4・6年生一部)	めがねがある人は必ず持ってくる。
4月30日 (火)	聴力検査(1・2年生)	前日に耳そうじをしておく。

### 今年度お世話になります。学校医の先生

- 内科 太田 正先生 (太田内科・糖尿病内科医院)
- 太田 怜先生 (太田内科・糖尿病内科医院)
- 耳鼻科 内田 潔先生 (内田耳鼻咽喉科医院)
- 眼科 岡崎 光彦先生 (おかざき眼科皮膚科)
- 歯科 橋本 正一先生 (橋本歯科医院)
- 薬剤師 岡田 裕子先生 (スマイレ薬局)



新年度に入りました。食物アレルギーや健康に関して気になることや心配な事がありましたら、担任または保健室までお気軽にご相談下さい。よろしくお願ひします。

## 感染症の対策について

感染症対策については、以下の通り行います。一人一人が予防の意識を持って、健康な学校生活を送りましょう。

### 健康観察アプリ「リーバー」の活用

毎朝、ご家庭で健康観察をして、7:30までにリーバーに入力してください。欠席の連絡も、基本的にリーバーでしていただきます。その際は、コメント欄に欠席の理由を入力してください。発熱や体調が悪いときは、無理せず休養するようにしてください。

### 手洗いの徹底

登校した時、給食前、掃除の後、トイレの後、体育の後、外から帰ってきた時は、必ず手洗いをしましょう。手洗いのポイントは、石けんを使うこと、30秒くらいかけて丁寧に洗うこと、清潔なハンカチで拭くことです。

また、手の消毒のためにアルコール消毒液を使うことがあります。アルコールが肌に合わないお子さんは、担任までお知らせください。

### マスクについて

マスクの使用は、本人の意向を尊重しますが、熱中症対策として、運動の時はマスクを外すようにしましょう。また、咳などのかぜ症状がみられる場合は、ご家庭からマスクを持参し着用することをおすすめします。

## 保健室を利用するときのルール

保健室に来たときには、以下のことを守ってください。



担任の先生に  
ことわってからくる



入室退室時には  
あいさつをする



保健室ではさわがず  
しずかにすごす



室内の備品などに  
勝手にさわらない