

ほけんだより4月

大分市立舞鶴小学校
保健室
令和3年4月8日



養護教諭の
内田
です。

進級おめでとうございます。新しい1年がスタートしました。
ワクワクすることが多い一方で、環境の変化から体調をくずすこともあります。
そんな時は、早めに休けいをとるようにして、心も体も元気に過ごしましょう。
みなさんが元気で楽しく過ごせるように、保健室からサポートしていきたい
と思います。よろしくお願いします。

朝 からだの声を聞いてみよう

4月からも舞鶴っ子カードに
毎朝書いてくださいね



新学期も元気にすごそう! /

□にあてはまる言葉を考えよう。

けんこうクイズ

A~Dを順番にならべて出てくる言葉はなにかな?

①こまめな **A** でウイルスからガード!

外から帰ってきたとき、ごはんの前、トイレの後は必ずしましょう。

②しっかり **B** をとろう!

おぼえたことを記憶したり、体が成長したりする大切な時間です。

③ **C** を食べて1日をスタート!

脳へエネルギーを注入しましょう。やる気と集中力もアップします。

④ **D** をためないよう、気分転換をしよう!

1人でがんばりすぎず、だれかに相談したり、リフレッシュする時間もつくりましょう。

出てくる言葉は...

A B C D

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

ヒント♪

ともづく だいいっほ
友だち作りの第一歩!

保護者の皆様へ

ご進級おめでとうございます。本年度もお子様の健やかな成長のお手伝いをしてまいりますので、ご家庭のご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

さて、新年度が始まりました。新しい教室、新しい友達など、環境の変化で不安定になるお子様もいます。心配なことや体調の変化等ありましたら、お気軽にご相談ください。

①健康観察について

昨年に引き続き、「たくましい舞鶴っ子カード」で健康観察を行います。毎朝、体温測定、体調の確認をしていただき、舞鶴っ子カードに記入してください。また、生活習慣チェックも行っています。**休日の就寝・起床時刻の乱れが平日の強い眠気や集中力低下などに影響する**といわれています。ご家庭みんなで、休日の望ましい生活習慣の確立に取り組んでいただきたいと思います。今後もご協力をお願いいたします。

②もちものについて

以下のものは毎日必ず持ってくるものですので、ご確認ください。毎日交換し清潔なものを持ってくるようにご協力をお願いいたします。

①ハンカチ ②ティッシュ ③マスク ④マスクを入れる用のビニール袋などの入れ物

マスクを忘れた場合、保健室で使い捨てマスクをお貸ししています。お貸しした場合はお知らせを配付いたしますので、**新品のマスクを清潔なビニール袋等に入れて返却**いただきますよう、ご協力をお願いいたします。

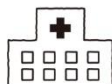
③保健関係の提出物について

本日（8日）「保健調査票」を返却しました。学校での健康管理や緊急時の対応に必要なものとなっております。内容を確認していただき加筆・修正の上、**4月14日（水）**までに担任に提出してください。



・身体測定（4～6年）	4月15日(木) / (1～3年) 4月19日(月)
・聴力検査（2・5年）	4月23日(金) / (1・3年) 4月26日(月)
・眼科検診（1・4年）	5月10日(月)
・腎臓検診（全校）	5月12日(水)
・内科検診（2・3・5年）	5月13日(木) / (1・4・6年) 5月27日(木)
・耳鼻科検診（2・5年）	5月20日(木)
・心臓検診（1年）	10月11日(月)
・すこやか検診（5年希望者）	10月15日(金)

検診日が近づきましたら問診票を配付します。期日までの提出にご協力をお願いいたします。



学校医の先生を紹介します

内科	安武クリニック	安武千恵	先生
歯科	あへ歯科インプラントクリニック	阿部成喜	先生
耳鼻科	森山耳鼻咽喉科	森山正臣	先生
眼科	たなか眼科	田中拓司	先生
薬剤師	安東調剤薬局	安東哲也	先生

よろしく申し上げます！

災害共済給付制度 についてのお知らせ



学校の管理下でケガをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されます。総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払い額が1,500円）以上が対象になります。受診した月から2年間請求を行わなければ給付を受けられなくなるので、早めに保健室にお知らせください。