

ほけんだより 4月

平成28年 4月 7日
杉並区立杉並第四小学校
校長 高橋 浩平
養護教諭 橋詰 菜々

ご入学・ご進級おめでとうございます！

黄色い帽子が真新しい、かわいい1年生41名が入学しました。
2年生から6年生は1学年進級し、期待と不安で胸をふくらませ
ていることでしょう。どんな1年間になるのか、楽しみですね。

養護教諭の 橋詰 菜々（はしづめ なな）です。今年
度も、どうぞよろしくお願ひ致します。みなさんが、明るく元気
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きま
す。



お世話になる学校医さん・ 学校薬剤師さんをご紹介します

内科	はらだ ひさし 先生	よしひさ内科クリニック 5327-5577
耳鼻科	かわい 河合 かずみ 先生	河合耳鼻咽喉科 3311-0223
眼科	かわむら 河村 ひでのみ 秀美 先生	河村眼科 5378-6100
歯科	みうら 三浦 ひろか 先生	三浦矯正歯科 3313-1187
薬剤師	たかはし 高橋 とじやす 捷泰 先生	ミカド薬局 3338-0817

※ 新しい保健調査票の記入について

- 現学年のところのみ、ご記入ください。以前の物は、学校で保管します。
- 緊急連絡先は、来校できる順に、2名以上記入してください。また、固定電話だけでなく、必ず連絡のとれる携帯電話や勤務先のご記入もお願ひ致します。
- 結核検診問診票については、新しい保健調査票に組み込まれていますので、使用しなくなります。

健康診断に先立って、さまざまな調査票や問診票を配布しました。ご記入のうえ、4月11（月）までに担任へご提出ください。

どうぞよろしくお願ひします。

4月の健康診断の日程は、別紙の「定期健康診断について」の裏面のとおりです。



保健室はどんなところ？ こんなときに待っています！



けがをした！
体のぐあいがわる
からだ

学校でけがをしたときや、頭やおなかが痛いときは、保健室に来てください。応急手当をします。ベッドやソファで休むこともできますよ。大きなけがのときは、おうちの人に連絡をして、病院へ行きます。



元気が出ない…
なやみごとがある

お友達とケンカをしたり…困ったことがあったり…こんな自分だけ？と思ったり、ひとりでなやんでいるより、保健室でお話ししてみませんか？少し気持ちが軽くなるかもしれませんよ。どうすればいいのか、一緒に考えましょう。



授業中に来るときは、かならず先生
に言ってから来てくださいね。



保健室は、みんなが元気に楽し
く学校生活が送れるようにする
ためのお部屋です！みんなが使
う所だから、他の子も気持ちよ
く使えるように気をつけよう
ね！



本や器具は大切にあつかってください。
ぬいぐるみを投げたりしては
いけませんよ。



はな
うまく話せなくてもいいよ。保健室で
ただゆっくりと過ごすだけでも少し落
ち着くかも。



身長計・体重計に乗るときは、上ばき
をぬいで、ゆっくりと乗りましょう。

からだ
体のしつみやはたらき、健康についての本や
教材がたくさんあります。授業で使う調べ物に
も便利です。わからないことや、もっと知りた
いことを、どんどん調べに来てください。もち
ろん、先生に質問するのもOKですよ！健康に
関する本もあります。

からだ
体や健康のこと
いろいろ調べたい！
からだ



身長計や体重計、視力表などがあり、いつ
でも使えます。使いたいときは、先生に言
ってください。

小学生のみなさんは、のびざかり！ときど
き身長や体重をはかって、自分の成長を確か
めてみるのも楽しいですね。

じぶん
自分がどれだけ大き
なったか知りたい！
からだ

