

ほげんだより



平成26年 4月 9日
 杉並区立杉並第四小学校
 校長 佐藤 広明
 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48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。

養護教諭の 橋詰 菜々 (はしづめ なな) です。品川区立第三日野小学校より異動してまいりました。どうぞよろしくお願ひします。杉並第四小学校のみなさんが、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ます。



健康診断は、自分のからだに向き合い、健康について考える貴重な時間です。健康診断では、自分では気づきにくい病気を見つけることができます。健康診断がなければ、自覚症状がないものなら、そのまま放っておかれるかもしれません。だからこそ、年に1回の健康診断が大切なのです。でも、健康診断にできるのは、「見つける」までです。病気や異常が見つかった時は、早めにお医者さんに診ていただきます。

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(金)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。

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 原田 久	よしひさ内科クリニック 5327-5577
耳鼻科	かわい かすみ 先生 河合 和美	河合耳鼻咽喉科 3311-0223
眼科	かわむら ひでみ 先生 河村 秀美	河村眼科 5378-6100
歯科	すすき たかのり 先生 鈴木 隆徳	鈴木歯科医院 3337-1018
薬剤師	たかはし としやす 先生 高橋 捷康	ミカド薬局 3338-0817

※ 保健調査票の記入について

- 現学年のところに、追加、訂正をご記入ください。
- 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。
- 年度の途中で、連絡先や住所などが変更がなった場合は、保健室にもご連絡ください。

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

がっこうでけがをしたときや、あたまおなかがいたいときは、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、びょういん院へ行きます。

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。



本や器具は大切に扱ってくださいね。ぬいぐるみを投げたりしてはいけませんよ。

からだのしくみやはたらき、健康についてのほんやきょうざい教材がたくさんあります。授業で使う調べ物にもべんりです。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、せんせいしつもんするのもOKですよ！健康にかんするほんもあります。

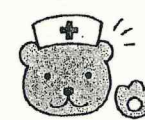
からだ、けんこう
体や健康のことを
いろいろ調べたい！
しら



げんきがでない…
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…こんなの自分だけ？と思ったり、ひとりでなやんでいるより、保健室でお話してみませんか？少し気持ちが軽くなるかもしれせんよ。どうすればいいのか、一緒に考えましょう。

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。

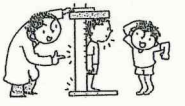


身長計・体重計に乗るときは、上ばきをぬいで、ゆっくりと乗りましょう。

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くなったか知りたい！
し



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！