



ほけんだより 4月



宮森小学校 保健室 令和3年4月13日 発行

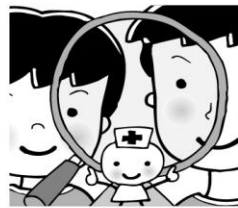
ご入学・進級おめでとうございます

改めて1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2年生以上のみなさん、進級おめでとうございます。はじめまして。保健室の先生の宮里 友衣奈です。宮森小学校のみなさんが、心も体もすこやかにすごせるようサポートしていきますので、どうぞよろしくお願ひします。

さて、新しい環境でドキドキ、ワクワク、そして去年とは違う環境になじめるかな？と少し心配している人はいませんか？先生も同じ気持ちです。そんなときは、栄養のある食事をとり、早めに寝ることをオススメします。体が元気だと心も元気になってきますよ。

4月の保健目標
自分のからだのようすを知ろう！

健康診断の目的



知る／発育・健康状態を知る



まも守る／早期発見で早期治療開始



そだ育てる／自分の健康を高め意識を育てる

よろしくおねがひします

養護教諭の
みやざとゆいな
宮里友衣奈です

4月の健康診断

【発育測定・シラミ検査】

どれだけ伸びていたかな？

- 9日 1・2年
- 12日 3・4年
- 13日 5・6年

【歯科検診】

歯磨き忘れずに～！

- 20日 幼・1・2年
- 23日 3・4年
- 27日 5・6年

【心電図検査】

体育着忘れずに～！

- 28日 1年

食物アレルギーやその他の病気やケガなど、学校生活を送る上でしんばいなことがあったら、いつでも相談してください。いっしょにどうしたらいいか考えていきましょう！

よろしくお願ひします

提出物の
一覧です

- ①保健調査票
- ②運動器健診問診票

提出締切り 4月16(金)

健康診断では、異常の有無や疑いを選別するだけのため、正確な診断はできません。

健康診断で病院を受診するようお願いした人は、病院でくわしく調べてもらいましょう。

新型コロナ情報

- ☆地域の感染レベル3-1 (4/12 現在)裏面参照
- ☆宮森小学校の発熱等(腹痛や体調不良を含む)での欠席者数(4/12)
2年:1名、4年:4名、5年:3名、6年:2名

☆感染拡大防止のため、下記に当てはまる場合はお休みさせてください。

- 本人の風邪症状や体調不良。または、感染の疑いがある場合。
- 家族(同居者)が風邪症状や体調不良の場合。
- 本人が濃厚接触者と判断された場合。
- 本人・同居者がPCR検査を受ける場合。

※ 本人・同居者に感染が確認された場合は、欠席させるとともに学校に連絡をお願いします。

宮森小学校 TEL:098-964-2077

毎朝、家で検温して、『健康観察シート』に記入します。朝、玄関前でチェックがあります。

健康観察シート

年組 番氏名

毎日、朝の検温及び健康状態の確認を行い、表に記入し、学校へ提出してくださいようお願ひいたします。
この健康観察は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、当面の間、ご家庭で実施していただくものです。
発熱や体調不良がある場合は無理をせずご家庭で休養してくださいようお願ひいたします。
新型コロナウイルスに感染したと診断、または濃厚接触者として判断された場合は必ず学校へ連絡をお願いします。

※表にある「症状」の記入方法
・発熱
・咳・鼻水などのかぜ症状
・体のだるさ
・息苦しさ
・腹痛・下痢・嘔吐
・その他の体調不良
これらの症状がなければ「○」
何らかの症状があれば「△」
と記入してください。

○同居家族の健康状態を確認し「同居家族の健康状態」の欄への記入もお願いします。【・上記症状がない⇒○ ・上記症状がある⇒△】

※このシートは、記入期間終了後も当面の間ご家庭で保管をお願いします。

体温	症状	同居家族の健康状態	保護者印
4/1 木	℃		
4/2 金	℃		
4/3 土	℃		
4/4 日	℃		
4/5 月	℃		
4/6 火	℃		