

えがお

上尾市立尾山台小学校 保健室
ほけんだより (児童数配布)
令和6年4月8日 No. 1



が づ ほ け ん も く ひ ょ う け ん こ う し ん だ ん じ ぶ ん か ら だ し
4月の保健目標 「健康診断を受けて自分の体を知ろう」

に ゆ う が く し ん き ゚ ゅ う
ご入学・進級おめでとうございます！

ピカピカの1年生を迎え、尾山台小学校の1年がスタートしました。これからみなさんの健康をサポートしていきます。養護教諭の坂本 絵美です。ほけんだより「えがお」では、健康情報や子供たちの様子などをお伝えしていきたいと思えます。お子さんと一緒に読んで体のことや健康のことを話してみてください。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

ほ け ん し つ と き き
保健室は、こんな時に来てください！

- ① ケガをしたとき
- ② 体調が悪いとき
- ③ 悩みごとや心配ごとがあるとき
- ④ 体や健康について知りたいとき

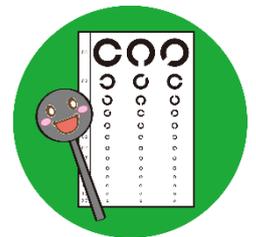


て あ
「きずの手当て」について

けがをしたら、以前は、消毒液を使用していましたが、現在はまず「流水でよく洗う」ことがよい方法といわれています。本校の保健室でも、消毒液は使わず、まずはしっかり洗って汚れを落とします。その後、乾燥しないようワセリン（皮膚と同じ成分）をつけたバンソウコウで保護します。学校での処置は、応急手当になりますので、その後はご家庭で湿潤療法、従来の方法等に対応をお願いします。化膿しないように、清潔を保つようにしてください。

し けん こ う し ん だ ん も く て き
知っておこう 健康診断の目的

どれくらい成長したかを知ったり、見直す生活習慣はないかを考えたりする
など、健康診断を有効に活用できるといいですね。



し
知る

が っ こ う べ ん き ょ う
学校で勉強したり、
う ん ど う
運動したりするときに
し し ょ う し ら
支障がない、調べる



ま な
学ぶ

じ ぶ ん けん こ う
自分の健康に
かん し ん
関心をもって、
けん こ う が く し ゚ ゅ う
健康について学習する



校医の先生方をご紹介します



ないか (内科)	かみひら 上平	まさかず 晶一	せんせい 先生	かみひらないか (上平内科クリニック)
じびか (耳鼻科)	なかじま 中島	まさみ 正己	せんせい 先生	あげお (上尾かみクリニック)
がんか (眼科)	よこづか 横塚	けんいち 健一	せんせい 先生	がんか (よこづか眼科)
しか (歯科)	しらとり 白鳥	ゆういち 裕一	せんせい 先生	しらとりしか (白鳥歯科・矯正歯科)
やくざいし (薬剤師)	よねもと 米本	たかのり 崇矩	せんせい 先生	やくざいし (なごみ薬局)



※ 健康診断や保健管理、環境衛生検査などで一年間お世話になります。

☆からだの相談・質問について

おうちの方や友達、先生などにも聞きにくかったりする体のことってありませんか？健康診断の当日は、全員を診断してもらわないといけなからゆっくと校医の先生とお話する時間はあります。相談や質問がある人は、前もって保健室へ来て、教えてください。

健康ってなんだろう？

<p>からだ けんこう 体の健康</p> <p>びょうき 病気や</p> <p>けがなく</p> <p>すごせること</p>	<p>こころ けんこう 心の健康</p> <p>いきいきと</p> <p>じぶん 自分らしく</p> <p>いられること</p>	<p>せい かつ けんこう 生活の健康</p> <p>ともだち かぞく 友達や家族と</p> <p>いい関係で</p> <p>いること</p>
--	--	---



保健室は、みなさんが笑顔で学校生活をすごせるようにお手伝いするところ。体のことや心のことで困っていること、聞きたいことがあるときも、保健室に話に来てくださいね。

保護者の方へ

☆健康診断について

学校で行われている健康診断は、病気などの疾病の疑いがあるかどうかを調べるもの（スクリーニング）です。最終的な診断・治療については、医療機関で受診する必要があります。健康診断の結果、医師の診察を受けた方がよいと判定された場合は、お知らせいたしますので、病院へ受診されますようお願いいたします。

