

保健だより 4月

H23.4.7
戸出西部小学校

草木がいっせいに芽吹き、新しい生命のエネルギーにあふれる春は、新学期の始まりにぴったりです。そして、子どもたちは、新しい環境に、「よし、がんばろう！」という気持ちになっています。

ご家庭でも「早寝 早起き 朝ごはん 元気にあいさつ西部っ子！」を合い言葉に生活リズムを整え、元気いっぱいに登校できるようご配慮ください。

保健室を使う時のマナー

騒がしい時先生に声をかけてね

- さわがない
- 使ったものはかたづける
- 名前と配膳をつける
- 用機はたいせつにあつかう
- よごしたら先生に知らせる
- かかって薬や器具にさわらない

こんなときは保健室へ

- けがをした
- きぶんがわるくなった
- いたいところがある
- からだのことでしりたことがある
- なやんでいるところがある

保健室に入る前に

けがや病気で保健室へ来るときは、必ず担任の先生に言うてから来ましょう。

すり歯はきれいな水で洗ってから

養護教諭の大窪です。これから一年間、子どもたちの心と体が健康でいられるようサポートしていきます。健康についての情報満載の「保健だより」を毎月配布します。健康づくりの参考に読んでもらえるとうれしいです。ご意見や感想などがあれば、ご遠慮なくお聞かせください。

お世話になる学校医の先生方を紹介します。

内科	・ ・ ・	和田美知子先生
眼科	・ ・ ・	斉藤 周子先生
耳鼻科	・ ・ ・	山岸 孝広先生
歯科	・ ・ ・	平木 光昭先生
薬剤師	・ ・ ・	橋場 研治先生

—よろしく、お願いします—



● **よい生活習慣を身に付けましょう。**
正しい生活リズムは、子どものやる気を生み出します。「早寝 早起き 朝ごはん」で子どもの生活リズムを整えることが、子どもの元気の源になります。子どもが大人の生活に合わせるのではなく、大人が子どもの生活スタイルに合わせるよう配慮し、子どものもっている力が十分に発揮できるようサポートしてあげてください。

昼は昼らしい生活
・ ・ ・ しっかり活動する
夜は夜らしい生活
・ ・ ・ しっかり休む



- **病気は早く治しましょう。**
健康診断の結果、病気や異常の疑いがあった場合は、「治療カード」を渡しますので、早く治しカードを学校へ提出してください。
- **健康上、注意が必要な場合は連絡しましょう。**
心臓病、アレルギー疾患など、学校生活をおくる上で配慮が必要な場合は連絡してください。（食事制限、運動制限など）
- **連絡先を明記しましょう。**
緊急なけがや病気があった場合は連絡しますので、「救急受診カード」に保護者の連絡先を明記してください。（年度の途中で**変更があった場合は、必ず担任まで連絡**してください。）
- **感染症にかかった場合は、出席停止となります。**
感染症（風疹、水痘、流行性耳下腺炎、インフルエンザ、感染性胃腸炎など）にかかったら、感染の心配がなくなるまで休ませてください。（学校から渡す出席許可証を主治医に書いてもらってください。なお、出席許可証は、戸出西部小学校のホームページからダウンロードもできます。）
- **学校管理下のけがで病院へ行った場合は連絡しましょう。**
窓口での支払いが1500円以上の場合は、医療費が支給されますので連絡してください。
- **歯みがきセットをきれいに洗いましょう。**
週末には歯みがきセットを持ち帰りますので点検したり、きれいに洗ったりしてください。
- **欠席する場合は、8時15分までに学校へ連絡しましょう。**
どこにいるのか所在を明らかにし、欠席理由をお知らせください。継続して欠席する場合も、その都度お知らせください。

