

れいわ ねん がつ か か
令和6年4月9日(火)

あく ねしりつ おりたしやうがっこう
阿久根市立折多小学校

○おうちのひととよんでね

ご入学・ご進級 おめでとうございます！

みなさんの元気な学校生活をサポートする養護教諭の上鶴千夏です。新年度を迎え、一つ大きくなっ
た！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。折多小学校
のみなさんが毎日元気で楽しい生活が送られるように保健室でお手伝いしていきます。みなさんと明るく元
気にすごしていきたいと思ひます。

保健に関する情報は、「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。どうぞよろしくお願
いいたします。

あさ けんこう
朝の健康チェック

きょう げんき
～今日も元気かな？～



あさ
朝ごはんを
た 食べられましたか？



はいべん
排便はありましたか？



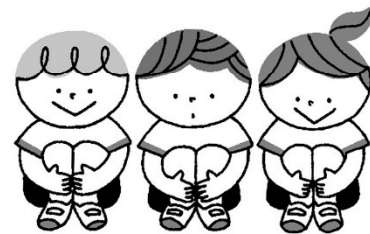
ずつう
頭痛やだるさなどは
ありませんか？

健康診断をうけるときのやくそく

自分のからだや健康の状態を知る大事な機会です。関心をもって積極的にうけましょう



事前のプリントを読み、
当日も先生の説明をしっかりと聞く



自分の順番がくるまで
おしゃべりせず、静かに待つ



自分の順番になったら
校医の先生にきちんと挨拶する

今月の保健目標

身なりや生活リズムを整えよう

- ・「八ちつぼは」をみにつけよう
- ・「早ね・早起き・朝ごはん」で元気に過ごそう

健康診断予定日

項目	日程	対象者
☆ 歯科検診	4月24日(水)	全員
尿検査	1次 4月25日(木)	全員
	4月26日(金)	
	2次 5月16日(木)	2次対象者 (1次未提出者)
	5月17日(金)	
☆ 心臓検診	5月2日(木)	1年生
☆ 内科検診	5月10日(金)	1・4・6年生
	5月13日(月)	2・3・5年生
☆ 耳鼻科検診	5月14日(火)	全員
☆ 眼科検診	6月11日(火)	全員

☆の時は、マスクをつけましょう。

【学校医の先生の紹介】

- 内科 林 干城先生 (林胃腸外科)
- 歯科 すぎやま 光喜先生 (スマイル歯科医院)
- 眼科 伊比 健児先生 (阿久根眼科)
- 薬剤師 せのうら ひろ 先生 (出水郡薬剤師会会営薬局阿久根店)



保健室は、どんなところ？

こんなときは保健室へ

★ けがをした



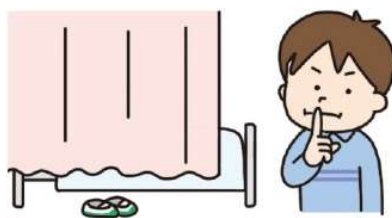
★ 相談したい、話を聞いてほしい



★ けがや病気で来るときはなるべく担任の先生に言う



★ 保健室の中ではさわがない・走らない



★ ぐあいが悪くなった



★ からだやこころ、健康について知りたい



★ 「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える



★ ものを使う・かりるときはひと声かけて



おぼえてね！保健室のやくそく

保健室で「できないこと」とは？

✕ 長い時間の休よう
保健室で休むことができるのは短い時間だけ。教室にもどることがむずかしいときは、おうちの人のおむかえで「そうたい」になります。



✕ つづけての手当て
保健室で受けられるのは「おうきゅうしょち」。その後のちりようは病院に行き受診し、お医者さんの指示にしたがいましょう。

✕ のみ薬をもらう
かぜ薬やげりどめなどもNGです。毎日のんでいるなど、必要な薬がある場合はそれぞれで持ってくるようにしてください。



7つのちがいをさがそう！

