

# ほけんだより 4月



令和8年度朝霞第七小学校保健室

## 入学・進級おめでとうございます！

よろしくお願いします



七小に来て、4年目になりました。保健室は、けがや体調不良の時だけでなく、ほっと一息つける「安心できる場所」でありたいと考えています。一人ひとりが安心して楽しい学校生活を送れるよう心と体の両面からサポートしていきます。気になることや、心配なことがあれば一緒に考えていきましょう。声をかけてくださいね。1年間どうぞよろしくお願いします。

## おうちの方へ

お子さんたちは、環境が変わったことで、期待と少なからずの不安を胸に一步を踏み出していることと思います。朝はバタバタ忙しいですが、朝の登校前、お子さんの顔を見て「心と体の健康観察」をしていただければと思います。おうちの方の「いってらっしゃい」はお子さんの背中をそっと押してくれる魔法の言葉です。一日を前向きにスタートできるように、気持ちよく送り出して頂きますようご協力よろしくお願いします。

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| ○すっきり起きられたか  | ○食欲はあるか          |
| ○頭やおなかが痛くないか | ○発熱はないか          |
| ○表情は明るい      | ○その他普段とちがう様子はないか |



## 保健室での手当て～モイストヒーリングについて

保健室では、湿潤療法（モイストヒーリング）で手当てをします。湿潤療法は本来体に備わった治癒力（浸出液）で傷を早く治すことを目的とした方法です。

①水でていねいに傷を洗う → ②消毒しない → ③乾かないように傷を覆う

※傷の状態によってワセリンを使用することがあります。ワセリンの使用に制限のある場合は保健室までおしらせください。

## 4月より健康診断がはじまります



### 内科検診



栄養状態や心臓、肺の音、  
骨や皮膚の様子をみます。

### 歯科検診



歯や歯肉に病気や異常がないかをみます。

### 眼科検診



目や目のまわりに病気や異常がないかをみます。

### 耳鼻科検診



耳・鼻・のどに病気や異常がないかをみます。

### 身体計測



身長と体重を測ります。どのくらい成長したかな？

### その他



視力検査や聴力検査、尿検査などもあります。

○別紙の健康診断日程表をご確認ください。

担任・養護が実施する検査は、変更することがあります。ご了承ください。

○欠席した場合は、他学年の検診日に受診可能です。

ただし、耳鼻科検診・眼科検診・心臓検診（1年・経過観察者）・脊柱側弯検診（5年・未受診者）は、1日で実施するため指定した医療機関での受診が必要となります。なるべく欠席しないようにご協力おねがいします。

## 保健室では継続的な手当てができません。

保健室では、けがをしたその日の応急手当を実施しています。湿布や絆創膏など継続的な手当てはできませんのでご理解とご協力をお願いします。