



ほけんだより 4月号



萩市立弥富小学校
保健室発行
2016. 4.13

4月の保健目標 自分の体を知って大切にしよう!

学校では、4月から6月にかけて「健康診断」をして、体の様子を調べます。
身体測定の際に、なぜ健康診断をするのかお話ししましたが、覚えていますか？



結果は健康カードでお知らせします。

① 自分の体を知るため

どのくらい身長がのびたか、体重がふえたかなどを知ることができます。

② 自分の健康を守るため

病気のところはないか検査をして、病気があったら治すようにします。

③ 健康な体を育てるため

元気であるために、いつもの生活でどんなことに気をつけたらいいかを知ります。



健康診断で、自分の体のことを知って、元気に成長するためには、
どんなことに気をつけておけばいいかを考えてみましょう。



ほけんクイズ

正解だと思う方に○をつけて酒谷先生に見せにきてください。
見せにきた人には、シールがありますよ。

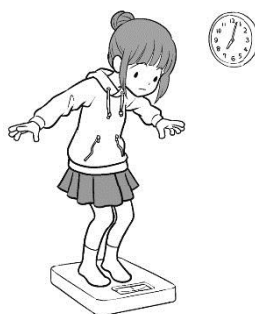
Q 1 身長がのびるのは、
骨がのびるからである

①はい ②いいえ



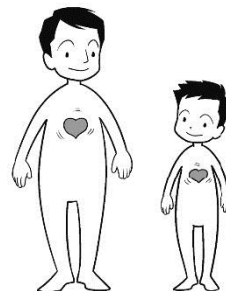
Q 2 体重は計る時刻（たとえば朝
7時）が同じなら同じになる

①はい ②いいえ



Q 3 心臓が1分間に動く回数は、
子どもより大人のほうが多い

①はい ②いいえ



おうちのかたへ

健康診断の検査項目が変わります！

今年度から、下記のように健康診断の検査項目に一部変更があります。

《検査の必須項目から削除されたもの》

- ・座高の検査
- ・寄生虫卵の有無の検査

《検査の必須項目に新しく加えられたもの》

- ・四肢の状態

学校で行う健康診断は、病気の診断をするものではなく、あくまでも集団の中から疑いのあるものを選びだすことです。検査の結果、問題や疑いがあった場合は、お知らせしますので、病院などの医療機関で詳しく診ていただいでください。

給食後の歯みがきについて！

昨年度までは給食後の歯みがきを立って実施をしていましたが、今年度より、「座ってじっくり3分間」歯みがきをしたいと思います。

今までは、このような問題がありました。

- ・立って歯みがき→立ち歩いてしまい、のどに歯ブラシが刺さったら大変！
- ・歯ブラシボックス→全校分の歯ブラシを同じボックスに収納するので衛生面が心配！

これからは・・・

- ・座ってはみがき→立ち歩くことがないので安全。
- ・歯ブラシ→一人ひとりが袋に入れて管理するので衛生面も安心。

歯ブラシセットは毎週金曜日に持ち帰りますので、ご家庭でしっかり洗って月曜日に持たせていただくようお願いいたします。



本校3年目になりました。養護教諭の酒谷ようごきょうゆ さかたにです。昨年度、保護者の皆様には毎学期の懇談後に保健室に足を運んでいただき、お子様の健康について一緒に考える機会をいただきありがとうございました。これからもご家庭と協力しながら、お子さまの心や体の健康を支えていけるようがんばりたいと思います。どうぞ、よろしくお願ひします。

