

# ほけんだよりが

令和2年4月6日  
東久留米市立南町小学校  
第1号  
保健目標：自分の体を知ろう



新1年生を迎え、新しい学年が始まりました。臨時休校が明け次第、健康診断が始まります。1年間を健康に過ごすための大切な行事です。きちんと受けてよいスタートを切りましょう。保健だよりでいろいろな情報を伝えていきます。健康診断の日程については決まり次第お知らせいたします。

**【保健室の使い方】**保健室ではルールを守りましょう。

- 担任の先生に言ってから来室しましょう。
- 保健室での休養は1時間とし、回復しない場合は早退の連絡をします。
- 先生がいないときに入ったり、保健室のものを勝手に触ったりしません。
- 自分でできることは自分でしてから来ましょう。  
(例：すり傷は洗ってから来室する、鼻血はティッシュで押さえる。)
- 借りた物(保冷材や湯たんぼ等)はその日のうちに自分で返しましょう。
- 登校してから下校するまでの間に学校で起こったけがの手当てをします。お家や休日のけが、継続的な手当て(シップやばんそうこの貼り替えなど)はできません。



## 保護者の皆様へ

年度始めで保健関係のプリントや提出物が多く、また、登校日が少ない関係でお時間もな  
い中、お手数おかけしています。お子さんの健康に関わる大切なことですので、よくお読み  
になり、提出物にご協力をお願いいたします。

また、新型コロナウイルスの影響で健康診断の日程がかなりずれ込むことが予想されま  
す。お子様の健康状態にご心配のある場合は、健康診断を待たずにご家庭での受診をお願い  
いたします。

これまでもご協力いただいているかとは思いますが、無症状や軽症でも感染しており、周  
りに感染させることがある可能性があるようです。ご家庭でも手洗いの励行等、なお一層の  
感染予防にご協力をお願いいたします。

## 保健関係配布文書について

### ①健康調査票＜全学年＞

- ・進級した学年の欄へ忘れずご記入ください。
- ・緊急連絡先等に変更がある場合は赤で訂正してください。

### ②結核検診問診票＜全学年＞

- ・結核検診問診票は健康診断で使用する大切な資料になります。
- ・進級した学年の欄へ忘れずご記入ください。

※年度途中の特記事項の変更は担任に連絡してください。

### ③心臓検診調査票＜1年生・該当者＞…心臓検診で使用します。

①～③の書類の質問事項を漏れなく記入して**1年生は13日(月)まで**に提出

①～②の書類を**2～6年生は20日(月)まで**に担任へ提出してください。

しんがた

## 新型コロナウイルスにかからないために…

①こまめに石けんによる手洗いを<sup>せつ</sup>行う

②十分な睡眠をとる

③3つの密の場所を避ける

→「1.換気の悪い密閉空間、2.人が密集している、3.近距離での会話や発声が行われる」という3つの条件が同時に重なった場所（換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間（密閉空間・密集場所・密接場所））に集団で集まることは避けてください。

上記の3つのことを守り、自分がかからない、また周りにうつさないよう、今まで以上に気をつけましょう。

### 学校医の先生を紹介します。

学校医（内科）	尾町秀樹先生
（眼科）	梅津宗子先生
（耳鼻科）	堤内邦彦先生（医院は閉院）
学校歯科医	宮崎至洋先生
学校薬剤師	平沼一郎先生

昨年度と同様です。健康診断だけでなく、歯科指導等1年間お世話になります。

### 今年度の保健室の先生は…

名前：福留治美

好きな給食：キムチチャーハン

一言：南町小学校は今年度で2年目です。みなさんの心と体の健康に関わっていきま<sup>す</sup>。なにか心や体のことで心配なことがあるときは、相談してくださいね。

