

ほけんだより



令和6年度 新座市立東野小学校 養護教諭 井上藍

進学・進級おめでとうございます!環境が変わる4月は、「はじめまして」がいっぱいです。新しいクラス、新しい先生、新しい友達…慣れないことに不安な気持ちになるかもしれません。そんな不安に思う気持ちを大切にしつつ、ちょっと冒険に出るつもりで周りを見てみましょう。



「はじめまして」は、新しい自分に出会えるチャンス!!前向きな気持ちで春を迎えて、毎日を楽しみましょう♪



養護教諭の井上藍です。みなさんが、元気に楽しく学校生活を送れるよう、サポートしていきます。今年度もどうぞよろしくお願い致します♪



ケガの手当



一時休養



学習・質問



悩み相談



保健室で

できることできないこと

ルールやマナーを守って利用しましょう。
緊急のとき以外は、担任の先生にことわってから来てくださいね。



薬をもらうことはできません

継続した手当はできません



じゅうよう けんこうしんだん じゅんび 重要！健康診断の準備

けんこうしんだん からだ ようす けんこうじょうたい しら せいかく はあく じゅんび
健康診断では、みなさんの体の様子や健康状態を調べます。正確に把握するためには、しっかり準備
することが重要です！前日まで・当日は次のことを実行してください。

ぜんじつ 〔前日まで〕

- なるべく早く寝る
- お風呂に入る
- 手・足の爪を切る

とうじつ 〔当日〕

- 清潔な服・肌着を着る
- 忘れ物がないかチェックする
- 長い髪は下のほうで結ぶ



内 科：西山敬二先生（西山内科クリニック）048-202-1112
歯 科：菊池有里子先生（菊池歯科医院）048-478-3199
原田知典先生（ほんちょう歯科）048-487-5611
眼 科：中島秀登先生（中島眼科）048-479-1313
耳鼻科：田部哲也先生（新座駅前耳鼻咽喉科）048-458-0390
薬剤師：村上晶子先生（小田薬局）048-478-6104



保護者の皆様へ



○朝の健康観察のお願い○

4月は新しい環境で不安や緊張が続く時期です。そのような中、お子さんができるだけ安心して登校できるように、次のことにご留意ください。

- ・毎朝、検温をお願いします。体調がよくない場合は、無理な登校はお控えください。
- ・規則正しくゆとりのある生活リズムで過ごしてください。
- ・お子さんとの会話の時間を持つようにしてください。
- ・けがをして、病院受診が必要な場合や、体調不良で学校生活を続けることができないと判断したときは、お迎えをお願いします。ご協力よろしくお願いします。

○健康診断について○

別紙、定期健康診断日程表をご確認ください。お子さんの受診日には、服装や髪型など注意事項がございますので、ご家庭でのご準備をお願いします。また、健康診断実施後に、異常の疑いがあったときは、治療のお知らせを配布いたします。できるだけ早く病院受診をしていただき、結果を学校まで提出してください。子供たちの健康の保持増進のために、ご協力をお願いいたします。

また、下記の内容にお子さんが該当する場合は、連絡帳や C4th にてご連絡ください。

①月経困難、月経随伴症状がお子さんにある場合。

②持病があり、学校生活上管理が必要と主治医から指示がある場合。