

# ほけんだより 4月

南風原町立翔南小学校  
保健室  
令和3年4月7日発行

入学・進級おめでとうございます。新しい1年のスタートですね。環境が変わると疲れも出やすくなりますが、元気に過ごす秘訣は「早寝・早起き・朝ごはん」。栄養をとって、しっかり休む時間を作りましょう。保健室は、みんなの元気のサポートをしています。1年間よろしく願います。



## 『親は名医に勝る』

一日の学校生活が、楽しいものになるように、登校前に「親子」で会話をしながら健康観察をお願いします。  
“みて!” “さわって!” “声かけて!”

### 登校前の健康観察のポイント

- 元気はありますか?
- 夜ぐっすり眠っていましたか?
- 顔色はいつもと変わりませんか?
- 目が腫れたり、充血したりしていませんか?
- 皮膚に湿疹やむくみはありませんか?
- 食欲はありますか?
- たびたびトイレに行ったりしていませんか?



今年度も新型コロナウイルス感染症予防をしながらの学校生活となります。体調がすぐれないときは、無理をさせず、自宅で休養させましょう。出席停止となります。  
(詳しくは学校からの公文をご確認ください。)

### こんなときは保健室に来て下さいね。

- ケガをしたとき
  - 具合が悪いとき
  - 相談や悩みがあるとき
  - からだについて知りたいとき
- ※ 保健室を利用するときは、担任の先生に伝えてから来てね!



はじめまして。今年度、翔南小学校に赴任しました、養護教諭の池間智美です。  
何かあれば、いつでも保健室に来てください。  
1年間よろしく願います。

### 続けよう! 感染症予防!

- 毎日、検温して健康観察シートに記録しよう!
- こまめな手洗い
- マスク着用
- 3密をさける
- 早寝早起きをして免疫力アップ!



### 保護者の方へ

提出おねがいします

- ①保健調査票
- ②結核検診問診票
- ③児童のアレルギー等状況調査
- ④耳鼻科検診(問診票)
- ⑤心臓病調査票(1年生のみ)



必ず保護者の方で記入していただき、記入もれがないよう、ご協力よろしく願います。

※4月12日(月)から健康診断が始まります。早めの提出をお願いします。