

保健だより

下阿多古小学校
令和8年4月号

入学、進級おめでとうございます

令和8年度の下阿多古小は、39人でスタートしました。新1年生や新しい先生方との出会い、いろいろな体験を通して心も体も成長できることを願っています。



4月の保健目標 自分の体を知ろう

☆ 健康診断は、みなさんの体がどれくらい成長したか、体に異常や病気がないか知るための大切なものです。正しく受けましょう。



4月の保健行事



- 14日(火) 身体測定・視力検査 … 全学年 メガネのある子は忘れずに！
- 17日(金) 聴力検査 … 1・2・3・5年
- 27日(月) 心電図検査 … 1・4年
- 30日(木) 尿検査一次 … 全学年

- ※ 健康診断の結果は、健康手帳や「結果のお知らせ」用紙で随時お知らせします。
- ※ 検診・検査を欠席した場合は、後日、対応についてお知らせをします。項目によっては、保護者が付き添い、他校や校医の医院で受けていただく場合がありますので、御了承ください。なるべく欠席のないようにお願いします。

◎朝の健康観察を大切に！◎

～登校前におうちの人とチェックをしましょう～

朝の健康チェック

～今日も元気かな？～



朝ごはんを
食べられましたか？



排便はありましたか？



頭痛やだるさなどは
ありませんか？

☆低学年は9時、高学年は10時
までには寝るようにしましょう。

☆朝は、登校する1時間前には起
きるようにしましょう。

☆気温や体調に合わせて衣服の調
整をしましょう。

朝ごはん で元気に1日をスタート

朝ごはんを食べると、脳の働きが活発になり、「今日も元気に1日がんばっていこう！」というスイッチが入ります。右の絵のような朝ごはんが理想ですが、そこまで準備ができなくても、子供が自分でも食べられるパンやバナナやヨーグルトを用意するなど、おうちの方の御協力をお願いします！



♪ 保健室からのお願い♪ ～おうちの方へ～

1 健康調査票について

家庭環境調査票と同様に、今年度から「さくら連絡網」の入力フォームにて回答をしていただきます。回答が済んでいない御家庭は、至急回答をお願いします。

2 災害共済制度加入について

学校では、お子さんが学校管理下のけが等で、通院したときにかかった医療費の一部を給付する以下の制度へ加入しています。

① 日本スポーツ振興センター災害給付制度 ② 浜松市児童等災害給付制度

※ 1年生は①②、2年生以上は②の制度について、「さくら連絡網」で加入承認をお願いします。

※ 各制度の加入に必要な掛け金は、学年会計より支出します。

※ 各制度の対象になる場合は、学校から必要書類をお渡しします。



3 欠席・遅刻・早退等の連絡について

学校を欠席・遅刻・早退する場合は、「さくら連絡網」または電話にて、朝8時までに保護者の方が学校に連絡をしてください。【学校TEL 926-3511】

4 出席停止について

インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、麻しん、風しん、流行性耳下腺炎、百日咳、水痘（帯状疱疹）、咽頭結膜熱、流行性角結膜炎、その他の感染症

- ① インフルエンザ及び新型コロナウイルス感染症と診断された場合は、学校へ電話で御連絡いただくとともに、御家庭で経過報告書への記録をお願いします。また、経過報告書は、登校時に持参してください。
- ② ①以外の感染症の場合は、電話で御連絡いただいた後、御都合のつくときに、学校へ「出席停止通知」を受け取りに来ていただきます。なお、登校は医師の登校許可が必要です。医師の証明をお子さんに持たせて登校してください。

【年度初めの提出物等について】 ※4月13日(月)までに提出・回答

- ・ 心電図カルテ（1・4年） 表面は問診表になります。漏れのないように記入してください。
- ☆ 日本スポーツ振興センター加入同意アンケート（1年生のみ さくら連絡網で期日までに回答）
- ☆ 浜松市学童等災害共済加入申込アンケート（全学年 さくら連絡網で期日までに回答）
- ☆ 健康調査票（全学年 さくら連絡網で期日までに回答）

学校医の先生を紹介します！

- <内 科> 上野山庄一 先生（あたご診療所）
- <歯 科> 秋山 龍臣 先生（秋山歯科医院）
- <眼 科> 山崎 智幸 先生（やまざき眼科クリニック）
- <耳鼻科> 清水 敏也 先生（清水医院）
- <薬剤師> 菅沼 貴仁 先生（あきは薬局）



～保健室より～

下阿多古小3年目になります、養護教諭の池端康子です。どうぞよろしくをお願いします。

