

ほけんだより

令和5年4月25日
墨田区立隅田小学校
校長 浮津あゆみ
保健 島田 祐希

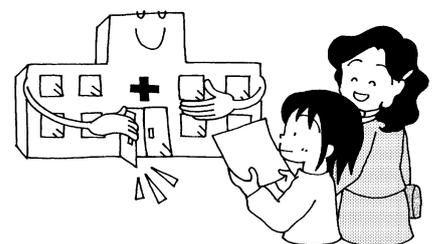
新学期が始まって、1ヶ月が過ぎました。新学期になり、勉強や運動をがんばってきた人が多かったと思います。しかし、最近疲れ気味の子も多くみられます。環境が変わると自分が気付かないうちに意外と緊張しているものです。お休みの日は好きなことをしたり、規則正しい生活を送り心も体も健康にすごしましょう。



月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
	尿検査2次	尿検査2次 追加		
15	16	17	18	19
		内科検診 (全学年)		心臓検診 (1年)
22	23	24	25	26
	事前検診 (5年)		眼科検診 (2・4・6 年なかよし)	

4月から健康診断が続いています。早めの受診をお願いします。

病院に行く必要がある人には、お知らせを出しています。
移動教室などの大きな行事、プールもひかえています。
早めに専門医のところに行って治してください。
よろしくお願いします。



5月の保健目標

・身の回りを清潔にしよう

汗の始末をきちんとしよう！

体育や休み時間に体を動かすと、汗が顔や首からダラダラと

たれるほど出てきます。この汗をそのままにしておくとあせもの原因になったり、冷

えて風邪をひいてしまいます。毎日ハンカチ・ティッシュを持ち歩き、清潔にしておきましょう。



手の清潔を保つために

つめを切っておこう

清潔なハンカチを持ち歩こう



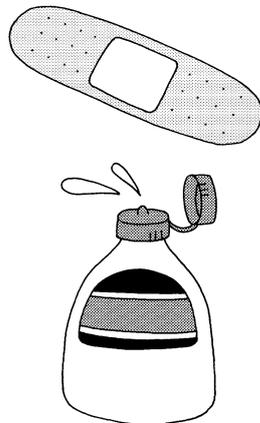
© 少年写真新聞社 2023

つめきりわすれていませんか？

つめが長いと、指とつめの間のよごれが取れなかったり、つめがわれたり、友だちをひっかいてけがをさせてしまうことがあります。保健室でもつめが原因でけがをしている子が目立ちます。週に1度はつめを切る習慣をつけましょう。

保健室での手当ての方法

すり傷程度のものはばんそうこうやガーゼで保護します。化膿している傷や刺し傷は塩素系消毒液・抗生剤の軟膏を使用することもあります。



腹痛や悪寒を訴える場合は熱をはかります。熱が37.5度以上の場合はお迎えを頼みます。また、お子様の様子を見て、授業を続けることが困難な場合も連絡することがあります。ご了承ください。

※学校では飲み薬は原則として出しません。

