



宮池小
保健室
No. 1
H27. 4. 7

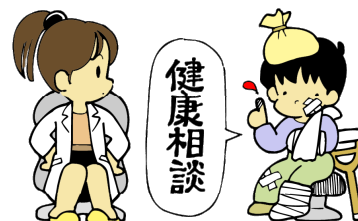
がつ ほけんもくひょう
4月の保健目標
じぶん からだ し
自分の体を知ろう



ほけんしつ

保健室はこんなところです！

- 1 けがの手当てをする。
- 2 気分が悪いときに、少しの間休む。
- 3 体重などををはかる。
- 4 体について勉強する。
- 5 体や心について相談する。



<保健室に来るときは…>

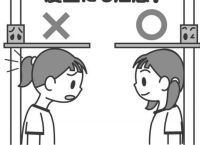
- 1 たんにんの先生に話してから来る。
- 2 「おねがいします」や「名前」をはっきり言う。
- 3 おうちの人に、保健室に来たことを報告する。

けがをしたら、水で洗ってから来てね！



健康診断が始まります

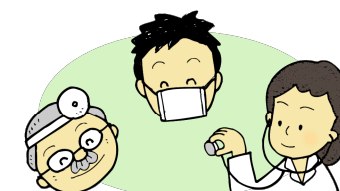
身長・座高をはかるときは
髪型にも注意！



<気をつけよう>

- 1 お風呂に入って、体をきれいに洗っておく。
- 2 手と足のつめを切っておく。
- 3 むぎやすい服を着てくる。
- 4 体操服に着がえる。
- 5 ならんで静かに受ける。
- 6 前の人をよく見て、受け方をおぼえる。
- 7 結果をよく聞く。

がっこうい はませんせい はる たせんせい
学校医 浜先生・春田先生
しかい すずきせんせい たけうちせんせい
歯科医 鈴木先生・竹内先生
やくざいし かわいせんせい
薬剤師 河合先生



がんかい たかがわせんせい
眼科医 高川先生
じびかい あのせんせい
耳鼻科医 小野先生

かぞく みんなで、朝の健康観察を！



ほけんしつ
保健室にいる
ようごきょうゆ さいとう
養護教諭は斎藤です！

おうちの方へ



「日本ｽﾎｰﾂ振興ｾﾝﾀｰ」加入にかかわる共済掛金の納入について

すでに入学の際に半田市内の中学校3年生まで加入する同意書を提出していただいております。この制度は、お子さんが学校管理下で万一けがをされた場合、治療費の総額が5000円以上（医療機関の点数500点以上）になり、子ども医療証を使用すると、治療費の1割が支給されます。

本年度の掛金460円を5月の学年費より納入させていただきますので、通帳の残高確認をお願いします。

欠席等の連絡を



健康診断の結果



毎朝お子さんの健康をよく観察され、欠席や遅刻する場合は連絡カードを使って担任へお知らせください。また、体育の授業を見学する必要がある場合等は、連絡帳でお知らせください。

異常のある場合は、そのつど通知文でお知らせしますが、特にない場合は、一学期末に「健康の記録」でお知らせします。

座席の配慮等が必要な場合は担任までお知らせください。

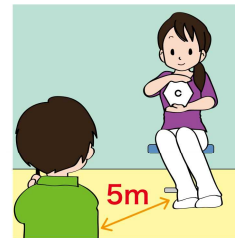
4月のほけん行事

8 (水)	身体計測	5・6年
9 (木)	↓	3・4年
10 (金)	↓	1・2年
13 (月)	聴力検査	3年・5-1・5-2
14 (火)	聴力検査	2年・5-3・5-4
15 (水)	視力検査	4年
16 (木)	視力検査	5年
17 (金)	視力検査	6年
	内科健康診断	3年
20 (月)	ぎょう虫卵検査	1～6年
	視力検査	3年
21 (火)	検尿1～6年・検便1～3年	
	内科健康診断	5年
22 (水)	視力検査	2年
23 (木)	歯科検診	3・4年
27 (月)	視力検査	1-1・1-2
28 (火)	視力検査	1-3・1-4



いりよくけんさ 視力検査

ものを見る力(視力)が
どのくらいあるかを調べます



けんさのうけかた

①正しい位置に立つ

自分の番がきたら、
テープの貼ってあると
ころに立ちましょう。

②右目の検査

左目にしや眼器を
あてて、先生が指し
たランドルト環の切
れ目がある方向を
答えます。

③左目の検査

しや眼器を右目にあ
てて、左目の検査をし
ます(検査のしかたは
右目と同じです)。

④結果

視力は、A～Dの4段階
で判定します。「検査のお
知らせ」をもらったら、眼
科で診てもらいましょう。

A: 視力 1.0 以上

勉強や運動するのに十分な視力です(※)。

B: 視力 0.9 ~ 0.7

日常生活には支障はありませんが、近
視・遠視・乱視などのうたがいがあります。

C: 視力 0.6 ~ 0.3

眼科で詳しく検査する必要があります。

D: 視力 0.3 未満

メガネが必要です。眼科で検査を受け、先
生の指示にしたがいましょう。

- ・わからない時は、「わかりません」とはっきり言う。
- ・メガネをかけている(時々かける人も)は、
忘れずメガネを持ってくる。

視力検査があります



- ・両目をあけたまま片目をしや
眼器(+はんかち)でかくす。

- ・友だちが検査をしている時に答えを言ったり、
視力が低くても、そのことについていろいろ言っ
たりしない。



みえないときは...

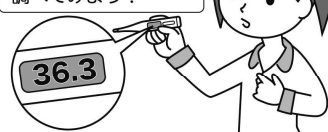
みえません。
わかりません。

と、はっきり伝えよう。



自分の平熱、知っていますか?

平常時(健康な時)の
体温を、何回か測って
調べてみよう!



体温をはかるときは



おうちの方へ

色の見え方

本校では、色覚検査を全員対象としては
実施していません。しかし、色覚の特性を
もつ児童は一定の割合でいるといわれてい
ます。色の見え方で心配なことがある場合
は、保健室でも相談に応じることができま
す。必要な場合は担任までお知らせくだ
さい。



※規則改正のため、
半田市では本年度の
「ぎょう虫卵検査」を
4~6年は実施しません。

るるるん運動

宮池小学校では、「ねる、でる、食べる るるるん運動」を
しています。

「ねる」：早寝して発達段階にあった睡眠時間を確保し、
十分な成長ホルモンを分泌させる。

「でる」：毎日排便して、老廃物を体に残さないようにする。

「食べる」：朝ご飯を食べ、元気な脳と体で一日をスタートする。

「るるるん運動」継続のために、おうちの方のご協力をお願いします。

