

ほけんだより あんさんぶる

令和2年4月13日
上美生小学校保健室 No.1
文責：遠藤 弥那

●4月のほけん もくひょう●

じぶんの からだ を 知ろう

しんきゅう 進級おめでとう！

ながなが 長い長いおやすみでしたね。ひさしぶりにみなさんの元気な声が
きこえる学校で、先生もとても楽しいです。学校にみんながいるの
は当たり前じゃないんだなあと感じた3月でした。

ほけんしつ きょうしつ 保健室は こんな教室です。

みなさんの からだ けんこう 健康について、がくしゅう 学習する教室です。

ぐあいが悪い人が休んだり、
けがをした人の手あてを したりします。

くすりや、けんこうしんだん 健康診断の道具、からだ 体の本などがあります。

はついく 発育そくてい や、からだ 体のけんさを行 います。

そうだん 相談したいことがある人も 来てくださいね。



ほけんしつ
保健室の えんどう みな です。
こんねんど
今年度もよろしくお願いします！
いつでも よんでください♪

ほけんしつ 保健室のやくそく。

みんながきもちよくりよう 利用するために
まも 守ってほしいことです。

☆けがやびょうき 病気のときは、
たんになのせんせい い 先生に言ってから きましょう。

☆いり口の と 戸は 「トントン」とノックして
から入ってね。



☆やす 休んでいる人がいたら、
そっとしてあげてね。

☆中にせんせい 先生がいなときは、つか 使えません。

☆ほけんしつ ほん 保健室の本やぬいぐるみは、たいせつ 大切に
使って ください。



「いつ」「どこで」「どんなふうに」

けがをしたのか おし 教えてください。



保護者の方へ

登校前にお子さんの健康観察をお願いします

食欲はあるでしょうか？表情に元気はあるで
しょうか？熱がなくても、授業を受けられる状態
でないときは、学校をお休みさせてください。

欠席するときは、7：45～8：15 の間に連絡を
お願いいたします。

（学校 ☎ 66-2009）

日本スポーツ振興センターについて

学校では、児童のみなさんが安心・安全に学校
生活を送れるよう絶えず努力をしていますが、時
には事故等が起こることがあります。

そこで、万が一に備え「日本スポーツ振興セン
ター」という保険に加入しています（掛け金は町
で負担）。学校生活や登下校中に事故が発生し、治
療にかかった費用が総額 5,000 円（3割負担で
1,500 円）を越えると、センターから給付を受け
ることができます。

* お子さんが学校生活中登下校中にけがをし、
病院にかかったときは、担任までご連絡くだ
さい。

* 医療費はいったんご家庭で支払っていただく
こととなります。後払いの形で医療費の4割
がセンターより給付されます。



けんこうしらべ がはじまりました！

まいにち あさ かい
毎日、朝の会のときに、

にっちよく かけり ひと からだ
日直さんや係の人がみんなの体の

ようすを聞き、その日1日、げんきに

けんこう せいかつ
健康に生活できるかどうか調べています。



「けんこうしらべ」には、このような
3つのねらいがあります。

さて、今日のあなたは・・・

- かぜをひいていませんか？
- あたまは いたくないですか？
- おなかは いたくないですか？

ほかにも、きになることがあれば
いってくださいね。

- ①すっきりと目がさめた。
- ②朝ごはんが おいしく食べられた。
- ③うんちが すっきり出た。

がっこう まえ
学校にくる前にも
じぶんで
けんこうしらべを
してみよう！

けんこうしらべは どうしてやるの？

★みなさんが

じぶん からだ
自分の体の
ようすを知るため

きょう からだ
今日の体のちょうしはどうですか？
1日元気に勉強したり、あそんだりしたり
できそうですか？
ちょうしの悪い人は、その日の生活のしか
たに気をつけよう！また、どうしてそうなった
のか考えたり、どうしたらなおるか考え
たりしてみよう。

★先生がみなさん

からだ
の体のようすを
し
知るため

きょう げんき
「今日は元気かな？」「ちょうしの悪い日が
つついていないかな？」「かぜが はやって
いないかな？」と、みんなの健康をみてい
ます。

★感染症を早く

よぼう
みつけたり予防
するため

かんせんしょう ひと ひと びょうき
「感染症」…人から人へうつる病気。
がっこう
学校は、たくさんの人が生活しているの
で、かんせんしょう ひろ
で、感染症が広がりやすいです。
みんなに広がらないよう、早く発見する
のに役立っています。