令和７年４月９日
福岡小学校保健室 No.1
※お子さんと一緒にお読みください。

福岡小の桜の花も満開になり、新しい春を迎えました。わくわくした楽しみな気持ち、ドキドキする緊張や不安な気持ち、あるいは両方の気持ちをもちながら、この春を迎えた人もいるかもしれません。

今年度も保健室ではみなさんが元気に学校生活を送ることができるようサポートします。どうぞよろしくお願いします。

4月の保健行事

期日	内容	対象	注意事項
4月16日（水） 17日（木）	発育測定	全学年	・体操服を忘れずに持ってくる。 ・頭の上や後頭部で髪を結ばない。 ・裸足で測定する。
	視力検査	全学年	・メガネを使用している人は忘れずに持ってくる。
4月21日（月）	尿検査	全学年	・朝起きて一番の尿をとる。
4月21日（月） 22日（火）	聴力検査	1･2･3･5年	・耳そうじをしておく。
4月24日（木）	歯科検診	全学年	・前日の夜と当日の朝は必ず歯を磨いてくる。

健康診断について

◎ 健康診断の日程は、ほけんだよりや学年だよりでお知らせします。

◎ 学校の健康診断は、学校生活を送るに当たり支障があるかどうかについて、疾病をスクリーニング（選別）することを目的の一つとしています。欠席をしないよう、ご協力をお願いします。

◎ 病院での詳しい検査や治療が必要な場合は、早めの受診をお願いします。

◎１学期の健康診断の結果は、１学期末に文書にて全ての結果をお知らせします。

保護者の方へ（お願い）

予備のマスクをランドセルに入れておきましょう。

・登校後に、咳やくしゃみ、鼻水などの症状が出た場合にはマスクの着用（咳エチケット）をお願いしています。感染症予防・感染拡大予防のため、ご協力をお願いします。

毎日、水筒を持ってきましょう。

- 水分補給のため、水筒を毎日持たせてください。
- 水筒が空になったとき、水筒への補充用にふたの開いていないペットボトルを持ってきてもよいです（空のボトルは持ち帰ります）。
- 水筒の中身は、むし歯や肥満予防の観点から、ふだんは水や麦茶などを入れてきてください（気温が高い日や運動会練習期間等の運動量が多い日は、スポーツドリンクもOKです）

歯ブラシ・コップを持ってきましょう。

- むし歯や歯周疾患の予防は、日頃からの歯みがき習慣が大切になります。
- 学校では給食後に歯をみがきますので、通気性のよい布袋に、歯ブラシ・コップ・歯みがき粉（必要な人のみ）を入れて持たせてください。
- 週末はおうちへ持ち帰りますので、きれいに洗い、乾燥させて、また次週に持たせてください。

心の相談窓口について

学校や家庭のことなど、悩んでいることや困っていることを相談することができます。誰でも利用できますので、話しやすい先生や保健室（養護教諭）へ伝えて、予約をしてください。

※保護者の方も利用することができます。遠慮なくご連絡ください。

【福岡小学校 TEL0475-52-5361】

◎ 子どもと親の相談員　**金子 千草 先生**（毎週金曜日）

※昨年度から曜日が変更になりました。

◎ スクールカウンセラー　**遠藤 直人 先生**

※初回は4月14日（月）となります。初回以降については、決まり次第お知らせいたします。