



石垣市立白保小学校 R6.4月
【保健目標】
すすんで健康診断をうけよう

入学、進級から1週間がたちました。新しいクラス、新しい先生・・・いろいろな新しいことに少しはなれましたか？ 保健室は子ども達の健康や安全面をサポートしていきます。気になることや困っていることがあれば、どうぞお気軽にご相談くださいね。



健康診断がはじまりました

〔健康診断の目的〕

- その1 病気の疑いがないかを調べる
 - その2 自分の成長や健康状態を知る
 - その3 自分の体や健康に関心をもつ
- 自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。自分の体を大切にして健康な生活を送るために、今年度の健康診断もしっかり受けましょう！
- ※裏面へ健康診断についての資料があります

☆学校医の先生方を紹介します♪

 <p>〔学校医〕 大浜診療所 鈴木 光 先生</p>	 <p>〔学校歯科医〕 ミルク歯科 内田 吉保 先生</p>	 <p>〔学校薬剤師〕 坏 徳子 先生</p>
--	---	--

だれが使う？ いつ使う？

保健室の利用のしかた

☆だれでも使える場所です!!

ただ、ケガ・体調の具合によって、順番通りに対応できないときがあります。思いやりの心で協力をお願いします！



☆こんなときは来てください!!

- *ケガをした
- *体調が悪い
- *悩みや相談事がある
- *体や心について知りたい



どうやって使う？

**まもってほしい
ルールがあります**

来室する時は先生に伝えてから

保健室の中では静かに

何も言わずにいなくなると周りのみんなが心配します

しんどくて休んでいる人がいるかもしれません

ケガのことを教えてください

使うときは声をかけて

「いつ・どこで・何をしていた」の情報でどんな手当をするか判断します

保健室の物は勝手に触らず、使ったら元の場所に。

赴任してきました
養護教諭
知念 志津江です
どうぞよろしくお願いいたします



参考：日本学校保健研修社“健”



4月 これから行われる健康診断の日程・気をつけること

4月17日(水)	<p>歯科検診</p> <p>★ていねいに歯みがきをしてから登校しましょう</p>
4月22日(月)	<p>ぎょう虫検査用のセロファン 配布</p> <p>★袋の中のセロファンに学年、名前を書きましょう</p>
4月23日(火)	<p>尿検査用コップ、採尿容器 配布</p>
4月24日(水)	<p>ぎょう虫検査・尿検査 回収【1日目】</p> <p>★登校したらすぐ提出！わすれずに</p>
4月25日(木)	<p>ぎょう虫検査・尿検査 回収【2日目 最終日】</p> <p>★登校したらすぐ提出！わすれずに</p> <p>★月経などの理由で提出できなかった人は6月5日(水) 6日(木)に提出</p>

全児童

尿検査

尿検査は、じん臓病・糖尿病を早くみつけるために行う、大切な検査です。
 じん臓病は、かなり悪くならないと自覚症状があらわれないことが多いので、気づかずにはおくと、病気がすすんで、治りにくい、こわい病気です。尿検査をして、自覚症状がまだない早いうちに発見して、適切な治療を受けることが、だいじです。

尿(おしっこ)のとりかた



① 朝起きたら、すぐ、おしっこをとります。
 ② ではじめのおしっこを少し流してから、中間のものをコップにとります。
 ③ コップのおしっこを、検査用の容器で吸い取り、しっかりとふたをしめます。

検査結果に影響することがありますので前日は激しい運動、ビタミンCを多く含む食品、薬品を摂ることを避けてください。

☆尿ビンには、尿専用ラベルをしっかりとって提出しましょう。.....

提出の日
(4月24日~4月25日)

学校から指定された、尿の検査日は、この日限りです。
わすれないようにしましょう。

こんな人は、腎臓病の黄信号



☆かぜをひきやすい
☆からだがだるく
疲れやすい

1~3年のみ

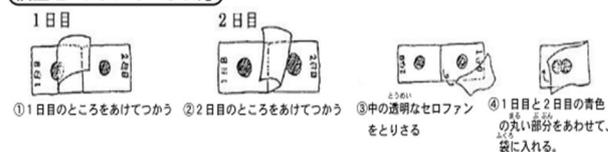
ぎょう虫卵検査

ぎょう虫卵のとりかた



朝起きてすぐとります。うんこをしてからでは検査ができません。
 真中の青色丸のところを肛門につけて、指で2,3回強く押します。

検査セロファンのつかい方



☆ぎょう虫卵検査用袋には専用ラベルをしっかりと貼りましょう。
 ☆検査セロファンにも名前を記入して提出しましょう。



こんな人は、ぎょう虫がいるかもしれません。
 ・おしっこが黄色い
 ・お腹が痛い
 ・イライラする
 ・めまぐるしい
 ・食欲がない
 ・おぼろしい
 ・メスの糞虫が眠っている間に、肛門まででてきて卵を産みつける。

提出の日
(4月24日~4月25日)

学校から指定された、ぎょう虫の検査日は、この日限りです。
わすれないようにしましょう。