



5月 ほけんだより

令和元年5月6日
シンガポール日本人学校
小学部 チャンギ校

今月の保健目標

★身のまわりを清けつにしよう

新学期が始まって約1か月が経ち、1年生や編入生はようやく学校に、そして2～6年生は新しい学年と学級に少しずつ慣れてきたようです。新しくいらした先生を休み時間に校内案内してくれている人たちがいました。早速、けがをした友達を保健室へ連れてきてくれた人もいました。保健委員会の代わりに、健康観察簿を返してくれた人もいました。そんな姿を見ると、とても温かい気持ちになりました。チャンギ小学校には、思いやりの気持ちを持ったチャンギっこがたくさんいます。これからも温かい心を大事にしていってくださいね。

4月は発育測定を行いました。1月の発育測定からたった3か月しか経っていないのに、みなさんの体はぐんぐん大きくなっていました。体の成長には規則正しい生活を送ることがとても大切です。『早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち』の習慣をつけ、毎日元気に過ごしましょう。



今月の保健行事

視力検査

- 6日(月) 5・6年
- 7日(火) 4年
- 13日(月) 3年

シリウス・アルタイル

16日(木) 1年

17日(金) 2年

聴力検査(2年のみ)

21日(火)

心電図検査(1年のみ)

14日(火)、15日(水)

※体操着で実施

歯科検診

22日(水) 1・3・5年

23日(木) 2・4・6年・シリウス・アルタイル

内科健診 ※体操着で実施

28日(火) 1・3・5年

29日(水) 2・4・6年

シリウス・アルタイル

普段めがねをかけている人は、めがねを忘れずに持ってきてください。その場合、矯正視力のみ測定します。

4月に学校感染症にかかった人数

いませんでした。手洗い・うがいをしっかりして、今月も元気に過ごしましょう！

本日配付した学校心臓健診調査票と健康診断表は、5月9日(木)までに担任へ提出してください。

ラテックスアレルギーがある場合は、歯科検診前に必ずご報告ください。

測定記録

と結果に

ついて



2年生以外は、視力検査が終了次第、測定記録（身長・体重・視力）をご家庭へ持ち帰ります。測定結果をご確認いただいた上でサインまたは押印したものを担任へ戻してください。2年生のみ聴力検査を実施しますので、2年生は聴力検査が終了次第、測定記録（身長・体重・視力・聴力）を持ち帰ります。視力検査では左右どちらかの視力がC以下の場合のみ、聴力検査では異常があった場合のみ、後日、医療勧告書を配布します。心電図検査、歯科検診、内科健診の結果は、後日病院から届き次第、お渡しします。各検診で医療勧告書を受け取った場合は、受診後に保護者の方が必要事項を記入したものを担任へご提出ください。



ハ・テ・ア・ツ チェックをしよう！

- ハ・・・ハンカチをポケットに入れる
- テ・・・ティッシュをポケットに入れる
- ア・・・汗ふきタオルを持ってきて使う
- ツ・・・爪を短く切る



毎朝、『ハ・テ・ア・ツ』チェックをしてから家を出ましょう！ハンカチとティッシュはポケットに入れるか、ポシェットに入れて服につけると楽です。毎日暑いので、休み時間に遊んだあとは汗でびしょり。かぜをひかないためにも、汗ふきタオルで汗をふきましょう。爪が伸びていると、体育や水泳のとき、とても危険です。自分はもちろん、友達にまでけがをさせてしまいます。

こんなときは、保健室に来てください！

★けがをしたとき

手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。



★具合が悪くなったとき

しばらく休めばよくなりそうときはベッドで様子を見ます。



★なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談にのります。



★からだや健康について知りたいとき

保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。

