

# ほげたんたより4月

喜多方市立塩川小学校  
2018. 4. 6.

今月の保健目標  
「身の回りを  
きれいにしよう」



## 入学・進級 おめでとうございます

かわいい1年生が71名入学し、塩川小学校338名の一年がスタートしました。この一年間、元気で健康な生活を送ってほしいと思います。そして、心も身体も大きく成長することを願っています。



### 朝のスタートが鍵

朝の過ごし方で一日が変わります。  
理想的な朝の過ごし方は？

- ①早く起きよう  
まずは早起きして、時間に余裕を持って一日をスタート。
- ②ていねいに歯をみがこう  
口内の菌が増えやすいのは就寝中。一本一本をみがくつもりで念入りに。
- ③朝ごはんを食べよう  
午前中から元気に活動するために、朝ごはんを脳と体にエネルギー補充。
- ④トイレに行っておこう  
便は体の調子を知る手がかりになります。朝のトイレタイムを習慣に。

\*朝の健康観察こそ、一日を元気に過ごせるかどうかのポイントとなります。お子さんの健康状態をよくみていただきたいと思います。

\*「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」を合言葉に、子どもたちが元気に毎日、登校できますようにお願いいたします。

### 朝の健康観察をお願いします

お子様の元気な学校生活を支えるのは、健康診断だけでなく、ご家庭での毎日の健康観察です。朝の健康観察は、このような点に注意してあげてください。

表情	顔色
 明るいですか？ 沈んでいませんか？	 熱っぽくありませんか？ 青白くありませんか？
声	食事
 元気がありますか？	 朝ごはんはちゃんと食べましたか？

調子が悪いか？と思ったら、声をかけて話を聞いてあげてください。

## 日本スポーツ振興センターの災害給付制度

- ★日本スポーツ振興センター給付制度
- 学校管理下でケガをした場合が対象です。
- \*授業中・休み時間・学校行事・登下校のケガ 等
- \*病院の窓口での支払いが1500円以上（社会保険の方）  
（国民健康保険加入の方は窓口の支払いはありません）
- この2つが、請求の条件です。
- その際には、担任または保健室までお知らせください。  
申請に必要な書類をお渡しします。
- 不明な点は、担任または養護教諭までお願いします。

掛金は無料です。  
喜多方市が負担します。

受診の際は、窓口での  
支払いをお願いします。

\*一年生のみ同意書が必要  
です。別紙、同意書を  
10日（火）まで提出して  
ください。

\*学校管理下外のケガ（休日・自宅でのケガ）  
は、「PTA安全互助会」の手続きとなります。  
☆7日目以降の受診で、給付対象となります。  
（6日までのケガは対象となりません）



平成30年度  
定期健康診断日程



	実施項目	月 日	対象学年
1	保健調査	4月 6日 (金)	全学年
2	視力検査	4月10日 (火)	5・6年
		4月12日 (木)	1・2年
		4月13日 (金)	3・4年
3	発育測定	4月16日 (月)	1・2年
		4月17日 (火)	3・4年
		4月18日 (水)	5・6年
4	聴力検査	5月23日 (水)	1・2年
		5月24日 (木)	3・5年
5	歯科検診	4月20日 (金)	3・4年
		4月24日 (火)	1・2年
		4月25日 (水)	5・6年
6	発育・視力検査	4月19日 (木)	なかよし・かがやき
7	内科検診	5月 7日 (月)	1・2・3年
		5月10日 (木)	4・5・6年
8	心電図検査	6月21日 (木)	1・4年
9	眼科検診	6月 8日 (金)	全学年
10	尿検査	5月中 (未定)	全学年
11	耳鼻科検診	6月14日 (木)	全学年
12	色覚検査	6月13日 (水)	2年希望者

眼鏡を使用している場合は、持たせてください。

1年間よろしく  
お願いします

養護教諭の  
佐藤和枝で  
す。塩川小  
2年目で  
す。よろし  
くお願いい  
たします。

\*上記の日程で、健康診断が行われます。ご協力をよろしくお願いいたします。



保護者のみなさまへ

学校へ提出していただく保健関係の各書類は、直接保護者のみなさまに面談でお聞きする代わりに、健康情報を知るためのものです。お子様のふだんの健康状態について、一緒に話しながら、正確にご記入ください。学校や学校医が正しい判断をするために、役立てたいと思います。

たくさんの書類があって申し訳ありませんが、よろしくお願いいたします。

書類に関する  
お願い

◎各書類には、提出期限があります。期日を守っていただき、提出をお願いいたします。ご協力をお願いいたします。

