



令和7年4月9日

東広島市立寺西小学校

入学・進級おめでとうございます。

新しい1年がスタートしました。新しい学年や新しいクラスに、ドキドキ・ワクワクしている人も多いのではないのでしょうか。

新しいことが始まったり環境が変わったりすると、疲れやすくなったり風邪をひきやすくなったりします。しっかりご飯を食べ、

睡眠をとり、元気に生活できるように気をつけましょう。

手当てをするところ

学校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へ来てください。

ただし、「昨日のケガのガーゼを換えたい」はダメ。あくまで一次処置の場所です。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。



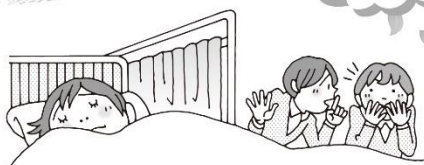
相談するところ

みごとがあるとき、養護教諭が相談にのります。ケガ人や急病人がいるときは少し待ってもらうことがあるかもしれません。他の人がいないときに話したいという人は、日時を決めて約束をしましょう。



保健室ってどんなところ？

静かなところ



体調が悪いとき、一時的に休養できます。保健室では具合が悪くて静かに休みたい人がいるかもしれないので、元気な人も保健室の中や前の廊下では大きな声は出さずに、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。

勉強するところ



保健室には体や心に関する本が置いてあります。知りたいことがあるときは読みに来てでもいいですよ。また、ケガをしたリ体調不良になったとき、今後そうならないためにはどうすればよいのかについても一緒に考えます。

保健室へ来たなら教えてほしい6つのポイント

ケガをしたときや調子が悪くなったときのあなたの状況を教えてください。

① いつ

② どこで

③ 体のどこが

④ だれと

⑤ どうして

⑥ どうなった



保健室で

心も健康に！

保健室はケガをしたときや体調不良のときなど、体の健康のためだけの場所ではありません。

心がつらいとき

大切なハンカチをなくして悲しい

友だちが引っ越してさみしい



人とうまくいかないとき

友だちとケンカして仲直りできない

お母さんにひどいことを言ってしまった
家に帰るのが嫌

こんなふうに困っていることや聞きたいことがあるときは、いつでも相談してください。保健室の先生と一緒に、体も心も人間関係も健康な毎日を目指しましょう。

健康診断が始まります

何のため？ 健康診断

健康診断が始まります。健康診断は、みなさんが毎日学校に来て勉強をした
り友達と遊んだりできるように、「病気がないか」「生活で注意するところ
はないか」「問題なく成長できているか」などを確認する大切なものです。
自分の体について知ることができる1年に1度のチャンス。ただ検診を受ける
だけではなく、どのようなことを調べるのか、また今の自分がどういう状態なの
かを知って、健康でいるための手がかりにしてもらえたらうれしいです。大切な
健康は自分で守る。そのためにできることを考える機会にしてください。

4月の予定

4月9日(水)	5年生 体位測定(身長・体重・視力・聴力)
4月10日(木)	4・6年生 体位測定(身長・体重・視力)
4月15日(火)	3年生 体位測定(身長・体重・視力・聴力)
4月16日(水)	1・3年生 耳鼻科検診
4月17日(木)	2年生 体位測定(身長・体重・視力・聴力)
4月18日(金)	1年生 体位測定(身長・体重・視力・聴力)
4月22日(火)	ひまわり 体位測定(身長・体重・視力・聴力)、2年生 内科検診
4月23日(水)	1年生 心臓検診
4月24日(木)	2年生・ひまわり 歯科検診



・災害共済給付金制度について

入学時全員に、日本スポーツ振興センターへの加入をお願いしています。学校管理下でのケガで病院を受診した場合、申請手続きを行うと治療費等が給付されます。(給付まで3か月程度かかります)

書類が必要な場合やご不明な点があれば、養護教諭までお知らせください。