



# ほけんだより

仙台市立岩切小学校

令和3年4月21日

No.2

## のんびり ゆっくり マイペース



入学式・始業式から約二週間です。新しい友達ができたり、担任の先生が変わったり、たくさんの「新しいこと」がありましたね。一気に慣れようとがんばりすぎると、自分でも気付かないうちに疲れがたまって調子が悪くなったりするものです。無理をせず、「のんびり、ゆっくり、マイペース」も時々はいいものですよ。

さて、体も心も、一番の元気のもとは、やっぱり「はやね・はやおき・朝ごはん」です。「疲れたな」と感じたら早めに布団に入る、朝は決まった時間に起きてたくさん朝日をあびる、よくかんでゆっくり朝ごはんを食べる、少しの工夫で、驚くほど体の調子や元気・やる気が変わってきます。ぜひ試してみてくださいね。

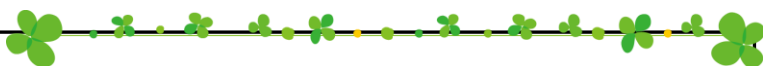


### 重要【1年生・4年生の保護者の方へ（「眼科精密検査受診券」について）】

仙台市では、小学1年生と4年生を対象として、「眼科精密検査受診券」の発行を行っています。受診券を使用した場合、眼科での検査が無料となります。受診券が届く前に眼科を受診された場合、受診券は無効となりますのでご了承ください。

受診券の対象となる児童は、学校の視力検査で「両眼とも裸眼でCまたはDだった児童」または「どちらか一方が裸眼でDだった児童」です。ただし、すでに視力低下で眼科を受診しており、主治医のもとで経過観察中の場合は、受診券交付の対象外となります。視力検査の結果は、眼科検診(5月下旬～6月上旬)の結果と併せてお知らせいたします。どうぞよろしくお願いいたします。

### 明日4月22日(木)は尿検査です。



①尿の提出日	『4月22日(木)の朝』に尿をとります。
②対象	全学年
③配布物	今日(21日)、以下の3点を配布しました。ご確認ください。 <b>「尿検査容器」「採尿コップ」「検査用袋(個人のナンバーコード付き)」</b>
④尿の取り方	<p>①朝、起きてから最初の尿をとります。</p> <p>②はじめに尿を少し出してから、残りを紙コップにとります。</p> <p>③紙コップから容器に尿をうつします。</p> <p>④容器の8分目くらいまで尿を入れます。</p> <p>今年度から尿を入れる容器の形が変わりましたので、ご注意ください。</p> <p>⑤容器のフタをしっかりと最後まで押し、こぼれないことを確認してから、検査用袋に入れます。</p>
⑤気をつけること	<p>①尿は時間がたつと変質するので、必ず当日の朝に採尿したものを提出しましょう。</p> <p>②提出するときは、検査袋をティッシュやビニール袋で包まず、そのまま提出します。</p> <p>③22日(木)に欠席した人や未提出の人は、23日(金)の朝に採尿・提出となります。</p> <p>容器などは翌日までそのまま取っておきましょう。</p> <p>④二次検査対象者には個別にご連絡いたします。</p>



## 保健室からごあいさつ～1年間どうぞよろしくお祈いします～

養護教諭の中澤京子と遠藤瑞穂です。今年度も、保健室では、来室した子供たち一人一人が「自分は大切な存在だ」と感じることができるよう、心身の訴えに丁寧に耳を傾け、声を掛け、見守っていきたくと考えています。

### (1) 保護者の皆様へ ～けが・体調不良への対応について～

- ① 学校で行う手当は応急処置が基本です。(継続的な手当は行いません)
- ② けがの部位・程度によっては、保護者様へご連絡し、受診のお願いや学校での経過観察についてご相談させていただくことがあります。(学校管理下でのけがで受診をした際は、日本スポーツ振興センターの災害共済給付金申請の対象となります。)
- ③ 家庭内で起きたけがは、原則、各家庭での手当をお願いいたします。(家庭管理下外でのけがを対象とする保険につきましては、父母教師会定期総会議案書の中で改めてご案内いたします。)
- ④ 保健室では内服薬は与えません。主治医の指示により、緊急時の対応として、学校でお預かりする必要がある坐薬をお持ちの場合は、個別にご相談ください。



### (2) 児童のみなさんへ ～「みんなが安心できる保健室」にご協力を！～

- ① 保健室に来るときは、担任の先生に事情をお話してから来るようにしましょう。
- ② 「しつれいします」「ありがとうございました」のあいさつができるといいね！
- ③ 自分の名前や症状を、自分の言葉でお話してみましょう。ゆっくりでいいよ！
- ④ 保健室では、騒いだり大きな声でおしゃべりしたりするのはやめましょう。
- ⑤ 健康に関する本など、保健室にある物を使用したいときは、必ず断ってから使用します。
- ⑥ すり傷などができたときは、水で傷口を洗ってから来室しましょう。



### 【今年度、岩切小に来た養護教諭の中澤京子です！】

生まれも育ちも群馬県です。仙台に来て12年目になりましたが、もっと仙台のこと、岩切のことを知りたいと思っています。保護者の方々、地域の方々いろいろな教えていただきながら、子供たちが元気に楽しく過ごせるようにサポートしていきたいと思っています。よろしくお祈いします。

## 学校医の先生方・スクールカウンセラー(SC)の先生です。よろしくお祈いします。

管理校医	宮林 先生 (宮林こどもクリニック)	内科	湯村 先生 (湯村医院)
耳鼻科	天野 先生 (まつもり耳鼻咽喉科)	眼科	小松 先生 (鶴ヶ谷七丁目眼科)
歯科	杉山 先生 (杉山歯科クリニック)	歯科	目黒 先生 (あやこ歯科)
学校薬剤師	鈴木 先生	SC	森本 朋子先生

### 【今年度より眼科校医さんが変更になりました】

今年度より、小松医院鶴ヶ谷七丁目眼科の小松郁夫先生に岩切小学校の眼科校医をお引き受けいただくことになりました。小松先生、これからどうぞよろしくお祈いいたします。



### 【スクールカウンセラー(SC)との面談予約について】

今年度、森本先生は、毎週木曜日に岩切小で勤務します。勤務日は、カウンセラー便りでもお知らせいたします。面談の予約につきましては、養護教諭が窓口となっております。お電話等でご希望の日時をお知らせください。

新年度の環境変化等により、特に春先は、不安やストレスを抱える子供たちや心身に変化が現れる子供たちもいることが予想されます。子供たちの様子で気になることがあれば、お気軽にお声掛けください。学級担任やSC・養護教諭ほか、「チーム岩切」で子供たちの育ちを支えてゆきたいと思っています。どうぞお祈いいたします。

