



# ほけんだより

仙台市立岩切小学校  
令和2年6月17日  
No.4

## 雨の季節も元気に！



学校が始まってもうすぐ三週間です。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「新しいこと」がありましたね。少しずつ慣れてきた頃でしょうか。岩切小みんなががんばっている手洗いも、ずいぶんと上手になってきましたね。手洗いは、これから先もずっと、私たちの健康を守ってくれる大切な「習慣」です。ぜひ続けていきましょう。

さて、梅雨に入る今の時期は、気圧や気温の差が大きくて、体が疲れやすくなります。また、体が暑さに慣れていないため、熱中症が起こりやすいとも言われています。「早寝早起き朝ご飯」の生活リズムに気を付けて、元気に過ごせるといいですね。

畑の野菜や田んぼのお米、草花にとってそうであるように、梅雨の雨が岩切っ子にとっても恵みの雨となりますように！



**明日18日(木)は尿検査です。お忘れなく！**

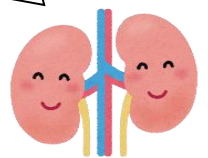
①尿の提出日	『6月18日(木)の朝』に尿をとります。
②対象	全学年
③配布物	今日(17日)、以下の3点を配付しました。ご確認ください。 <b>「尿検査容器」「採尿コップ」「検査用袋(個人のナンバーコード付き)」</b>
④尿の取り方	<p>①朝、起きてから最初の尿をとります。</p> <p>②はじめに尿を少し出してから、残りを紙コップにとります。</p> <p>③紙コップから容器に尿をうつします。(容器の3分の2まで)</p> <p>④容器のフタをしっかりと閉めて、検査用袋に入れます。</p>
⑤気をつけること	<p>①尿は時間がたつと変質するので、<u>必ず当日の朝に採尿したものを提出しましょう。</u></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>③18日(木)に欠席した人や未提出の人は、19日(金)の朝に<u>採尿・提出となります。</u>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>



### 〇●なぜ大切?尿検査〇●

私たちの体のなかでは、毎日1トン以上の血液が「腎臓」に運ばれて、尿(おしっこ)のもとをつくっています。そんな働き者の腎臓は、実は、とても我慢強い臓器です。病気になっても、はじめのうちは「痛い」「かゆい」などの症状はほとんど出ません。何も感じないので、病気を見逃してしまうかもしれないのです。だから、尿検査はとても大切。尿を調べることで腎臓に病気や異常がないか確認することができます。

腎臓はそら豆みたいな形。二つあるよ。



## 【来月（7月）の健康診断の予定】

日	曜日	検診項目・対象学年	日	曜日	検診項目・対象学年
2日	木	内科(4年1・2・3組) 尿二次検査(対象者のみ)	13日	月	内科(1年)
3日	金	眼科(ひまわり・1・5・6年) 尿二次検査予備日(対象者のみ)	16日	木	尿再検査(対象者のみ) 内科(6年1・2・3組)
6日	月	内科(3年)	17日	金	眼科(2・3・4年)
7日	火	歯科(2年・4年1・2・3組)	30日	木	内科(6年4・5・6組)
9日	木	内科(4年4・5・6組)			

内科・眼科・耳鼻科・尿検査・心臓病検診につきましては、受診の対象となったお子様のみ、検診結果を配付いたします。歯科検診につきましては、異常の有無にかかわらず全員に配付します。

## 【学校医の先生方・スクールカウンセラー（SC）の先生のご紹介です】

管理校医	宮林 重明先生（宮林こどもクリニック）	内科	湯村 和博先生（湯村医院）
耳鼻科	天野 雅紀先生（まつもり耳鼻咽喉科）	眼科	渡辺 順先生（渡辺眼科医院）
歯科	杉山 泰幸先生（杉山歯科クリニック）	歯科	目黒 史子先生（あやこ歯科）
学校薬剤師	鈴木 康子先生	SC	森本 朋子先生

### ○スクールカウンセラーの森本先生との面談予約について

森本先生は、毎週金曜日に岩切小で勤務します。面談の予約につきましては、養護教諭（担当；深澤）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。



## ☆保健室からごあいさつ～1年間どうぞよろしくお祈りします～☆

養護教諭の深澤こずえと遠藤瑞穂です。今年度も、保健室では、来室した児童一人一人が「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26ページでご案内しております。）
- 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内服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よう。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。

