

4月のほけんだより

令和4年4月8日 初島小学校 ほけんしつ

チューリップの花言葉は「思いやり」。「思い」は目には見えないけれど、言葉や行動にすることで「思いやり」は伝わります。新しいクラスでも、みなさんが相手を思いやれるといいですね。

ちなみに、チューリップは色や本数によって、ほかにも花言葉があるようです。気になった人は、調べてみてくださいね。

健康診断

こんなことを調べます

身長・体重
身体測定
去年と比べてどれくらい大きくなったかな？
太りすぎや痩せすぎではないかな？

目
眼科検診、視力検査
見えづらくなっていないかな？
目の病気はないかな？

耳・鼻
耳鼻科検診、聴力検査
聞こえづらくなっていないかな？
病気の疑いはないかな？

おしっこ
検尿
おしっこに病気のサインが隠れていないかな？

朝いちばんのおしっこをとってください！

歯
歯科健診
歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？
むし歯や歯肉炎などはないかな？

心臓・肺
内科検診
からだの中の病気はないかな？

内科検診では、ほかにも目やのどの様子、皮膚の病気がないか、栄養状態なども診ています

骨・関節
運動器検診
動きの悪いところや痛みはないかな？
背骨や肩のゆがみはないかな？

4月のほけん行事

- 18日(月) 歯科検診 高学年
- 21日(木) 歯科検診 低学年
- 20日(水) 21日(木) 検尿1次
- 25日(木) 内科検診 全員
- 視力・聴力検査もあります

朝にチェック!

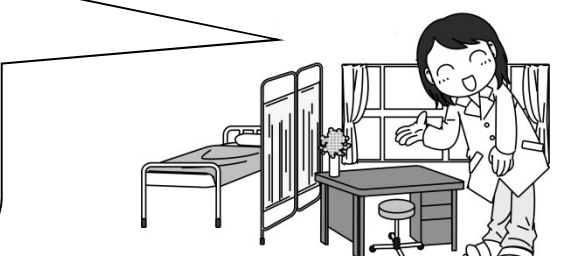
元気の あいうえお

- あ さ、スッキリ起きられた？
- い たいところはないかな？
- う んちは出た？
- え がおバッチリ？
- お いしくごはんを食べられた？

今年度お世話になる 学校医の先生方です。

内科	やました 山下	りいちろう 理一郎	せんせい 先生	歯科	つじもと 辻本	とみあきせんせい 富享先生
眼科	おおち 應地	まさあき 正章	せんせい 先生	耳鼻科	くき 九鬼	きよのりせんせい 清典先生
薬剤師	やくざいし 若林	さとこ 早止子	せんせい 先生			

ほけんしついなりのあやこ稲荷 綾子です。
ほつしましょうがっこう 初島小学校のみなさんが、毎日元気で楽しい生活をおくれるように、お手伝いをさせていただきたいと思っています。よろしくお願ひします。



だれもが気持ちよくトイレを使うために

指導 NPO法人 日本トイレ研究所 加藤 篤 代表理事

食事やしみんと同じように、うんちやおしっこをすることは、人間が生きていくためにはとても大切です。元気なときも、病気のときも、私たちは毎日必ずトイレに行きます。トイレを1日中がまんすることはできません。

そんな大切なトイレだからこそ、次に使う人のことを考えて、きれいに使いたいものです。みんなが気持ちよくトイレを使えるように、トイレを使うときの正しい位置や、マナーなどを覚えておきましょう。

● トイレを使うときの正しい位置 ●

トイレは、正しい位置で使うと、よごすのを防げます。

洋式トイレのすわる位置



便座の真ん中にすわります。前過ぎるとおしっこが便器に入りません。

和式トイレのしゃがむ位置



真ん中より前に足を置いてしゃがみます。後ろ過ぎるとうんちがはみ出てしまいます。

小便器の立つ位置

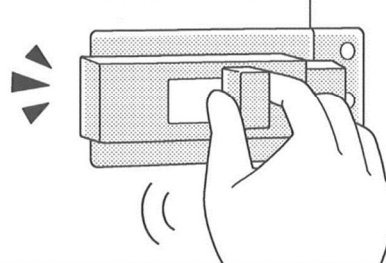


便器に近づいて立ちます。はなれているとおしっこが便器の外に飛び散ってしまいます。

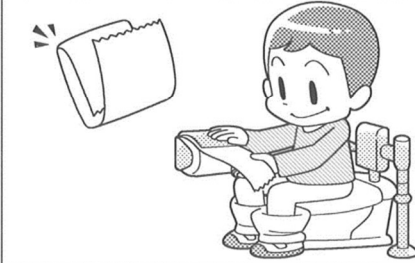
トイレのマナー

トイレは、多くの人が1日に何回も使う場所です。みんなが気持ちよく利用できるように、マナーを守ってきれいに使しましょう。

ノックして入り、カギをかける



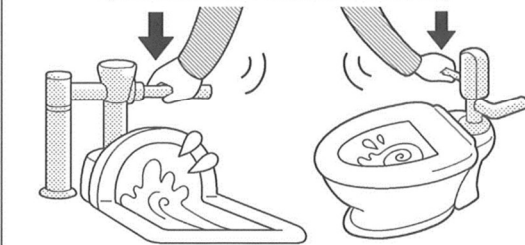
トイレットペーパーは必要な分だけ使う



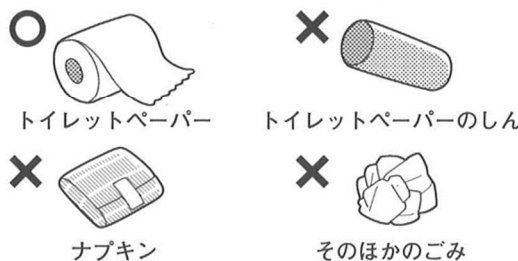
よごしたらきれいにする



レバーを手でおして流す



トイレットペーパー以外は流さない

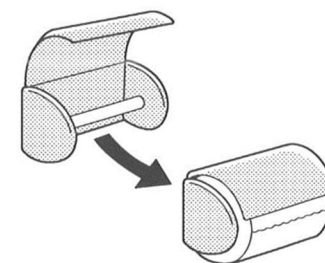


トイレの後は手を洗う

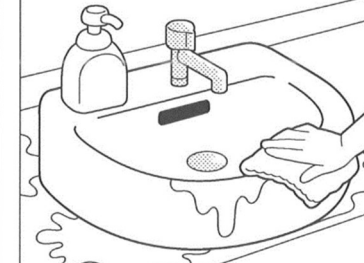


❀ 次に使う人のためのエチケット ❀

トイレットペーパーがなくなったら、つけかえる



手洗い器の周りを水びたしにしない



はき物はそろえてから出る

