

れいわ ねん がつ にち
令和6年7月19日

ほけんだより がつごう 7月号

おうめしりっだいいちしょうがっこう
青梅市立第一小学校

ようごきょうゆ
養護教諭

じどうのみなさんへ

こんげつ ほけんもくひょう なつ けんこう 今月の保健目標：夏を健康にすごそう

あたらしいクラス、あたらしい先生、あたらしいおべんきょう、あたらしいことが
たくさんある中、1学期よくがんばりましたね。たのしく、あんぜんな夏休みをすご
して、2学期にまた会えることを、たのしみにしています。

2学期は、体育学習発表会の練習が始まります。元気な心と体で2学期をむか
え、体育学習発表会の練習を力いっぱいがんばるために、次のことに気をつけましょう。



せいかつ 生活リズム(すいみん・ごはん・うんどう)をととのえよう

まいにち じかん
毎日きまった時間にねる
まいにち じかん お
毎日きまった時間に起きる

あさひるよる いちにちさんかい
朝昼夜、一日三回
ごはんをしっかり食べる

ねちゅうしょうに
きをつけて うんどうする

かゆくてつらい虫さされ…

一小のまわりには、しばふ や 永山など、たくさんの自然があるため、虫もたくさん
います。虫さされが悪化して、保健室にきたり、びょういんに行ったりする子もいます。

虫にさされて、とてもかゆい気持ちはわかりますが、かくと血が
出て、なおりにくくなってしまいます。かかずに、氷やほれいざいで
冷やすようにしましょう。

広いはんいがかゆくなったり、さされたところが黄色くなったりし
たら、びょういんでみてもらいましょう。



ほけんしつ なんにん き 保健室って何人くらい来ているの？

1学期、保健室にきた子は1000人以上です！裏面には、1日に何人が保健室に来ているのか、4
月～6月に保健室にきた人数や、多かったけが・病気の表をのせています。ぜひ見てくださいね。

保護者のみなさまへ

夏休み中に受診をお願いいたします

視力検査・眼科検診・歯科検診・耳鼻科検診・内科検診については、受診の必要がある児童に『検診結果のお知らせ』を、お渡ししております。『検診結果のお知らせ』を受け取った方で、まだ受診・提出をされていない方、治療が途中になっている方は、ぜひ夏休み中に受診していただきますよう、お願いいたします。

マスクの貸し出しについて

ほけんだより4月号にて、保健室からマスクを借りた場合は、未使用のものを保健室に返却するよう、お願いしておりました。この度、学級に貸し出し用マスクを設置いたしましたので、マスクを借りた場合は未使用のものを学級担任へ返却するよう、お願いいたします。また、予備のマスクのご準備も、お願いいたします。

2学期の身体測定について

始業式の翌日から、クラスごとに身体測定を実施いたします。身長と体重の測定のみで、視力や聴力の検査は、2学期は実施いたしません。スケジュールは以下をご参照ください。

身体測定当日は、体育着の準備および髪型の工夫（頭の上や後ろで結ばない）を、よろしく
お願いいたします。「健康の記録」は翌週に返却いたしますので、お子様の成長をご確認のうえ、押印またはご署名をお願いいたします。

	9/3(火)	9/4(水)	9/5(木)	9/6(金)
1	3年2組	ぴあじえ	3年1組 4年2組	2年1組
2		4年1組	2年2組	1年1組 1年2組
3		6年2組	5年2組	
4		6年1組	5年1組	



1学期の保健室利用状況

	4月	5月	6月
総来室者数	323人	481人	424人
1日平均来室者数	19人	24人	20人
最多来室者数	32人(4月30日)	34人(5月28日)	31人(6月19日)
来室理由 (けが)	1位:打撲(58) 2位:すり傷(37) 3位:いたみ(14)	1位:打撲(90) 2位:すり傷(65) 3位:いたみ(23)	1位:打撲(71) 2位:すり傷(64) 3位:いたみ(33)
来室理由 (病気)	1位:腹痛(53) 2位:頭痛(45) 3位:気持ち悪い(29)	1位:頭痛(74) 2位:腹痛(54) 3位:気持ち悪い(39)	1位:頭痛(49) 2位:腹痛(45) 3位:気持ち悪い(36)