

ほけんだより 4月

だいごう
第1号
れいわ ねん がつ にちはこう
令和7年4月30日発行
かごしまだいがくきょういくがくぶ
鹿児島大学教育学部
ふぞくしょうがっこう
附属小学校



ほけんもくひょう
の保健目標

じぶん からだ ようす し
自分の体の様子を知らう。



けんこうしんだん はじ
健康診断が始まりました。

「どれぐらい背が伸びたかな」とワクワクしている人もたくさんいましたね。

自分の体の様子を知らうことは、とても大切なことですし、楽しいことでもあります。

一生、つきあっていく自分の体ですから、「今、自分の体はどんな状態なのだろう?」「どうし

たらより成長できるかな?より元気に過ごせるのかな?」などと興味を持って、健康診断を受けて

ほしいです。そして自分の体と心を大切にしてほしいと思います。



こんにちば。ようごきょうゆ
たなべ ゆうこ
田邊 裕子 です。

みなさんが心も体も健康で過ごせるようにサポート
していきます。一年間よろしくお願いします。



きらきら

ふぞくしょうがっこう みな
附属小学校の皆さんのきらきらした姿をお届けします。

登校中や昼休み、たくさんの方がけがをして保健室に来ます。今は特に
1・2年生が多いのですが、多くの場合、高学年の人たちが一緒にいてくれます。まず、その
思いやりがきらきら。その中でも私が特にきらきらしていると感じたのは、名前やクラス、けがをし
た時の様子などを、けがをした本人が答えるように背中を押す高学年の人たちの姿です。

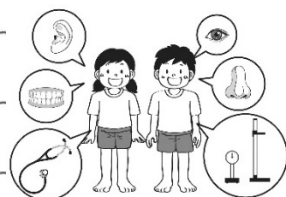
なぜ、これがきらきら見えたのか分かりますか?少し考えてみてください。

それは、「自分で伝えることの大切さ」を高学年の人たちが分かっているからです。きっと、高
学年の人たちが答えた方が早いし、簡単なはず。それでも、本人が答えるのをじっと待って、
困っているようならさりげなくフォローしてあげる。そうすることで、1・2年生にとってはとても良い
練習になります。これで、次にけがをした時に1・2年生は自分一人でも答えられるはず。それ
はとても大事な力です。高学年の皆さんも先輩や保護者の方々、先生方のサポートから学び、
身に付けてきた力だと思います。高学年の皆さん、すばらしいサポートをありがとうございます。

お世話になる 学校医の方々

先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう!

内科	みなみ たけつぐせんせい まつおか たつるせんせい 南 武嗣先生・松岡 樹先生
歯科	やました こうぞう せんせい 山下 皓三 先生
耳鼻科	ませだ よしこせんせい 間世田 佳子先生
眼科	きい ゆうや せんせい 喜井 裕哉 先生
薬剤師	なかの ちかこせんせい 中野 千夏子先生



健康診断、その後……?

これから色々な健康診断があります。

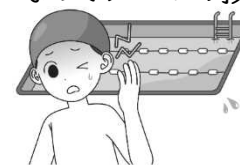
健康診断の後、「受診をお勧めします。」とい
う結果をもらう人もいます。

その際は、早めに受診しましょう。

これは…

※例えばAさんの場合…

耳の垢がたまって耳の穴をふさいでしまう「耳垢
栓塞」の診断をもらった A さん。治療を勧められま
した。でも、耳に違和感がなかったので、病院に行
きませんでした。しかし、夏になってプールの授業
を受けると、耳が痛く
なっていました。



細菌による感染を起こし、耳が
痛くなる「外耳炎」を起こしてしま
いました。たまった耳の垢が水に
ぬれて膨張したことが原因です。
自分で耳掃除すると悪化する恐
れがあるので、早めに、
少なくとも
プール前に
受診しましょう。



※例えばBさんの場合…

度が合わない

視力検査の結果、メガネの度数が合っておらず、そ
の結果C判定でした。でも習い事で忙しくて、その
メガネを使い続けました。その結果、黒板が見えにく
いため授業に集中できない状況が続き、
テストの点数が
悪くなりました。



これは…

度数が合わないメガネだと、目
が疲れやすく、集中力や判断力の低下を招
くことがあります。また、頭痛や吐き気を感じ
たり、視力低下の原因にもなることもありま
す。(※メガネをかけ始めのときは、度数の低
いものからはじめるため、一概には言えませ
ん。)学校の検査は学校生活に支障がない
かを調べるものです。支障がある場合は、
眼科を受診しましょう。

