

ほけんだより 4月号

令和5年4月10日
関川小学校
NO.1
保健室

入学・進級おめでとうございます！

今年は新しく6名の1年生をむかえ、新学期がスタートしました。2年生から6年生は1つ学年が上がり、新たな気持ちで新学期をむかえ、緊張する場面も多くなると思います。そのため、心と体もつかれやすい時期になるので、きそく正しい生活を心がけ、毎日元気にすごしてほしいと思います。

<4月の保健安全目標>

- 【保健】○自分の体について知ろう。
- 【安全】○登下校の安全に注意しよう。



～保健室にはこんなとき～

 けがをした	 ぐあいがわるい	 なやみがある
 心や体を知りたい	 体のようすを知りたい	 きがえをかりたい
 けがのあて	 しずかに休む	 なやみの相談
 心や体を知る	 体のようすを知る	 きがえをかりる

☆保健室での約束☆

 休んでいる人がいる時は、 静かにします。	 保健室の物を使いたい時は、 保健の先生に必ず話します。	 けがをした理由や体の調子を 保健の先生に伝えてください。
-----------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

健康診断がはじまります☆

☆健康診断は何でやるの？

- 健康状態や成長の様子を知る。
- かかっている病気がないかを調べる。
- 自分の体や健康について関心を持ち、健康に過ごす習慣を身に付ける。



☆健康診断の前に準備をしましょう。

- 顔や体をきれいにあらいましょう。
- おうちの人に耳そうじをしてもらいましょう。
- 朝ごはんの後、しっかり歯みがきをしましょう。
- 手足のつめを切りましょう。
- かみの毛が長いときは、かみの毛を2つにわけてむすぶか、低い位置でむすんでみましょう。



健康診断の日程	内容	学年	確認しておくこと
13日(木)	身体測定 (身長・体重)	全学年	・服装は、 体操服 (半そで・半ズボン) です。
13日(木)	聴力検査	1.2.3年生と 5年生のみ	・耳の掃除をしておきましょう。
17日(月)	視力検査	全学年	・眼鏡を使っている人は忘れずに 持ってきましょう。
20日(木)	心臓病検診	1年生のみ	・服装は、 体操服 (半そで・半ズボン) です。 ・ フェイスタオル を持ってきましょう。
21日(金)	尿検査(1次)	全学年	・容器などは、19日(水)に配ります。 ・21日(金)に提出できない場合は、5月8日(月)に持ってきましょう。

今年度お世話になる「学校医の先生方」です。

- 内科：吉田久邦先生(吉田小児科医院)
- 眼科：長尾完先生(長尾眼科医院)
- 歯科：佐古田智先生(旭台歯科診療所)
- 薬剤師：赤井真一先生(なの花薬局)



「ほけんだより」では、保健行事や心と体の健康情報などをお知らせしていきますので、お子さんと一緒にお読みください。

