

ほけんだより 4月

4月の保健目標

自分の体を知ろう

入学、進級おめでとうございます。R5年度は、225人でスタートしました。新しい出会いがたくさんある4月は、わくわく・どきどきでいっぱいですね。新しい環境で疲れがたまりやすい時期です。生活リズムを整えて、少しずつ、心と体をならしていきましょう。みなさんが元気に学校生活を送ることができるように応援しています。



R5年4月17日
西江原小学校



健康診断が
はじまります

健康診断の目的

- 体の成長を知る
- かくれている異常や病気を早くみつける
- 健康に大切な生活について考える



保健室はこんなときにきてください

ケガをしたとき
救急処置してもらえます

具合が悪いとき
一時的に休養できます

悩みがあるとき
相談できます

健康について
知りたいとき

健康診断を受けるときに 気を付けること

学校医の先生がたずねられることに、はっきり答える。
あいさつをする。

検査のときにはおしゃべりをしないで、前の人がすることをよく見ておく。

からだを清潔に

お風呂
歯みがき
耳掃除

おだんごや
ポニーテールは×
前髪も
すっきりと

視力検査時のメガネ

尿検査等

**忘れ物や
提出日に注意**

邪魔にならない髪型で

～ 4月の検診予定 ～

日にち	検診内容	年組	日にち	検診内容	年組
4/11(火)	身体測定	3い	4/19(水)	視力検査	5ろ
4/12(水)	身体測定	2い・5い・5ろ・6ろ	4/20(水)	色覚検査	4年生希望者
4/13(木)	身体測定	1い・1ろ・6い	4/24(月)	視力検査	5い
4/14(金)	身体測定	4い	4/24(月)	聴力検査	3い・5い・5ろ
	視力検査		4/25(火)	聴力検査	1い・1ろ
4/17(月)	視力検査	3い・6い・6ろ	4/26(水)	聴力検査	2い
4/18(火)	視力検査	1い・1ろ・2い			

ほけんしつのでやくそく

- あいさつをしましょう。「しつれいします」「ありがとうございました」
- ケガをしたときは、傷口を洗ってから保健室へきましょう。
- 調子が悪いときは、「体のどこが」「いつから」「どんなようすか」自分で話しましょう。
- 保健室ではしずかにしましょう。
(大切な検査をしていたり、ベッドで休んでいる人がいたりします。)
- 担任の先生に言ってから保健室へきましょう。
- 保健室に先生がいない時は、職員室へ行きましょう。



養護教諭の藤原真弓・菅野百合子です。

体調不良やケガをした時はもちろん！体や健康について知りたい時や、友だちとの関係で悩んだ時などにも相談にのりますよ。

～困ったら、一人で悩まず相談してくださいね～

