

ほけんだより 4月

2021.4.5
児童と保護者の皆様へ
まなづる小 保健室

ご入学・ご進学おめでとうございます。ドキドキ・わくわくの新しい学年のはじまりですね。元気な毎日を送るために、朝ごはんはとても大切。しっかり食べて、脳と体にパワーをチャージしましょう。保健室は、みなさんが健康に過ごせるようにお手伝いします。1年間、どうぞよろしくお祈りします。

入学・進級
おめでとうございます



ほけんだよりと保健室を

よろしくお祈りします



いま読んでくれている「ほけんだより」は、保健室の先生からみなさんへのお手紙です。書いてあるのは体と心についてのお話。

「毎日元気だから読まなくても大丈夫！」と思った人もいるかもしれませんがね。「いま」元気なのはもちろん素晴らしいことですが「これから」の体と心の健康も大切にしましょう。ずっと元気であるために知ってほしいことをいっぱいお届けするので、毎回楽しみにしててくださいね。

そして、保健室にはみなさんの健康を一緒に考える先生がいます。体や心のことを話したいと思ったら、気軽に保健室へ来てくださいね。



※保護者の皆様へ※

● 提出物が多いですが、記入漏れがないようによろしくお祈りします。

● 心臓疾患や喘息、アレルギー、色の見え方など、お子様の健康状態に関してご心配な点がございましたら、担任または養護教諭までお声かけください。

● 裏面に健康診断の案内が記載しています。ごらんください。



今年度も引き続き朝の健康観察をしていただき、健康観察票に記入して学校へ提出をお祈りします。

毎年同じ？

「また健康診断？」「どうせ同じこと調べるんでしょ」なんて思っている

人はいませんか？

健康診断は毎年ぐんぐん成長するみなさんの体の様子を知るために行いま

す（身体計測）。また勉強や運動にみなさんが十分な力を発揮できる状態かも調べます

（視力・聴力検査、運動器検診）。他にも、体の不調につながる病気があれば早く見つ

けることも大切な目的です（眼科・歯科・耳鼻科・内科検診、心電図、尿検査）。

自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。

自分の体を大切に、健康な生活を送るために——。

今年の健康診断もしっかり受けましょう



けんこうしんだん まえ
健康診断の前には・・・

- ① お風呂に入って、^{はい}体^{からだ}をきれいにしておきましょう。
- ② 手足の^{てあし}つめ^きを切っておきましょう。
- ③ 耳^{みみ}そうじ^きをしておきましょう。
- ④ 歯^はを^みがいておきましょう。
- ⑤ 早く^{はや}ねて、^{たいちょう}体調^{ととの}を整^{ととの}えておきましょう。

今年度お世話になります

学校医の先生

内科：	朝倉 一郎 先生
歯科：	平間 崇弘 先生
眼科：	永田 黄 先生
耳鼻科：	後藤 領 先生
薬剤師：	吉田 道代 先生

月	火	水	木	金
4月5日 保健調査票類配付	6日	7日 ✳️身長体重測定 (4~6年)	8日 ◆保健調査票類提出 ✳️身長体重測定 (1~3年・ひまわり級)	9日 ✳️視力・聴力検査 (5・6年)
毎年、表紙の押印と、結核問診欄の記入もれが多いので、お忘れなようお願いします。		体育着で計測するので、体育着を持ってきてください。		
12日 ✳️視力・聴力検査 (3・4年)	13日 ✳️視力・聴力検査 (ひまわり級・2年) ◆尿検査袋配付	14日 ◆尿検査提出 (全員)	15日	16日 ✳️視力・聴力検査 (1年)
眼鏡をかけている人は、忘れずに持ってきてください。		14日の早朝尿をとってください。		
19日	20日	21日	22日	23日
26日	27日 ◆尿検査2次袋配付 (対象者・未提出者)	28日 ◆尿検査2次提出 (対象者・未提出者)	29日	30日

ご提出いただくものまとめ (4月)

○ 保健調査票 4月8日(木)提出

※ 「四肢の状態(運動器検診)についての保健調査」を保健調査票に挟んでご提出ください。

※ 1年生は、保健調査票を4月5日に提出いただいていますので、

「四肢の状態(運動器検診)についての保健調査」と、「心臓病調査票」の2枚をご提出ください。→ 4月8日(木)提出

○ 尿検査(一次) 4月14日(水)提出