

ほけんだより 4月

平成 29 年 4 月 7 日 (金)
丹波小学校 保健室

- ほけんしつ りよう しかた
○保健室の利用の仕方
- けんこうしんだん についで
○健康診断の日程
- けんこうかんさつ
○健康観察について

4月の保健目標

【自分のからだを知ろう】



「保健室」と「ほけんだより」



入学・進級
おめでとう
ございます

ねが
どちらもよろしくお願ひします!

にゅうがく しんきゅう
入学・進級おめでとうござひます。ほけんしつ
保健室では、みなさん
の『こころ』と『からだ』の健康を、サポートしてひきます。
どうぞよろしくお願ひします。



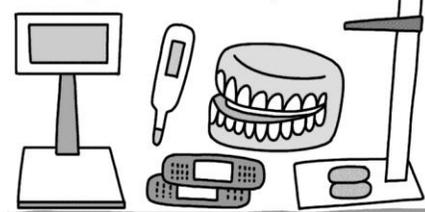
いまよ
今読んでひる「ほけんだより」。学校で勉強したり運動したり
あそ
遊んだりするうえで、きをつけてほしい・まも
守ってほしいことを

『こころ』や『からだ』につなげてお伝えします。知っていると
トクする、そんな情報もあるかも…? わかりやすく、楽しいたよりを心がけてひきます。

そして、はじめまして☆ 保健室の山下明希です。丹波山村には初めて来ました。

はや
早くみなさんと仲良くなりたひです。休み時間のおさそひ待ってます☆

保健室は こんなところですよ



けんこうしんだんをして、からだの成長や
病気がないかを調べます。



けがをしたときに、
応急手当てをします。



健康や体について
勉強することができます。



具合が悪いときに、決められた
時間、ベッドで休めます。



こまったことや、悩みごとなどの
相談にのります。



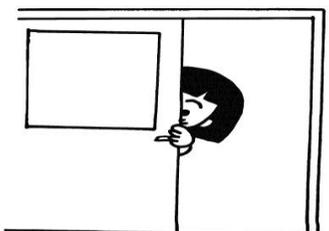
クイズで覚える!

保健室 みんなのルール

① なぜ保健室に来たのかを

伝え
ましよう。

- A. 電話で
- B. メールで
- C. 直接、言葉で



③ 保健室に来たとき・

帰るときは、
忘れずに。

- A. 戸じまり
- B. 歯みがき
- C. あいさつ



④ をしている人が

いるときは、
とくに静かに!

- A. 休よう
- B. 運動
- C. 食事



⑤ 保健室にあるものを

使うときは、
かけてください。

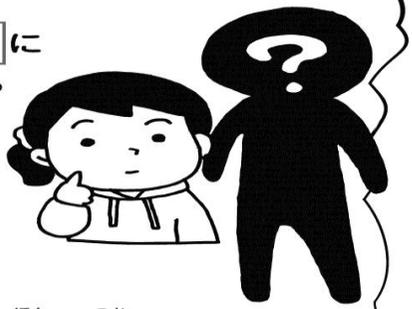
- A. 水
- B. 腰
- C. 声



② なるべく に

ことわってから
来ましよう。

- A. おうちの人
- B. 先生
- C. 消防士さん



⑥ 読んだ本や使ったものは

にもどして
ください。

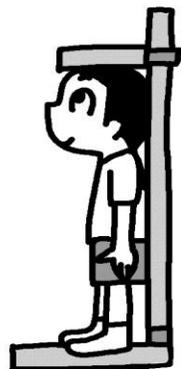
- A. もとの場所
- B. 職員室
- C. 校長室



【答え】①…C ②…A ③…C ④…B ⑤…C ⑥…A

はじまります けんこうしんだん

がつ にち
4月10日(月)から



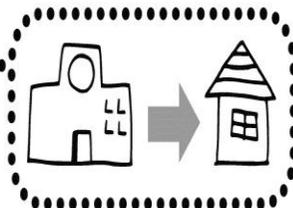
けんこうしんだん かんが し じぶん 健康診断で考えよう! 知ろう! 自分のこと

- ① 体がどのくらい成長したかを知るため
- ② 体の病気を見つけて早く治すため
- ③ 自分の体について知るため

まいとしおこな けんこうしんだん もくてき
毎年行う健康診断にはこんな目的があります。
じぶん からだ せいちょう ようす し
自分の体の成長の様子を知って、これまでの
じぶん せいかつ
自分の生活についてふりかえり、健康に過ごす
ために、なに きをつけたらよいのか考えましょう。

じっしび 実施日	じかん 時間	けんさこうもく 検査項目	たいしょう 対象	れんらくじこう 連絡事項
4月10日(月)	1校時	しんたいそくてい 身体測定 (しんちょう たいじゅう 身長・体重)	ぜんがくねん 全学年	なつ たいいくぎ き 夏の体育着を着てください。
		しりょくけんさ 視力検査	ぜんがくねん 全学年	めがねをかけている人は、も 持ってきてく ださい。コンタクトレンズをしている人 はけんさ まえ ひとことつた は検査の前に一言伝えて下さい。
		ちょうりょくけんさ 聴力検査	1・3・5年	
4月13日(木)	11:00	じびかけんしん 耳鼻科検診	ぜんがくねん 全学年	みみ そうじ 耳の掃除をしてきてください。とうじつ 当日は、 かみの毛が耳にかからないようお願い します。
		がんかけんしん 眼科検診	ぜんがくねん 全学年	
4月20日(木)	13:30	ないかけんしん 内科検診	ぜんがくねん 全学年	なつ たいいくぎ き 夏の体育着を着てください。
	14:00	しかけんしん 歯科健診	全学年	きゅうしょくご 給食後、ていねいに歯みがきをお願いし ます。
5月1日(月)	9:00	しんでんずけんさ 心電図検査	ぜんがくねん 全学年	たいいくぎ きが 体育着に着替え、くつしたを脱いできて ください。
5月23日(火)	あさかいしゅう 朝回収	にょう 尿	ぜんがくねん 全学年	23日の朝に提出できない人は、
		きせいちゅう 寄生虫 ぎょう虫検査	1年	6月13日の朝に提出してください。 *検査方法については後日連絡します。

保護者の方へ～朝の健康観察のお願い～



新年度がスタートしました。お子さんたちは新しい環境でやる気と期待に満ちあふれる一方、少なからず不安や緊張も抱えていることと思われます。楽しく充実した学校生活、また病気・異常の早期発見のためにも、朝の登校前にお子さんの「健康観察」を実施していただければと思います。

- すっきりと起きられたか
- 朝食はしっかりとったか
- 発熱はないか
- 頭、お腹などを痛がっていないか
- 落ちこんでいる様子はないか
- その他、普段と違う様子はないか



お忙しい時間帯ですが、ご協力のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。なお、気にかかることがありましたら、お気軽に担任・養護教諭までご相談ください。

