

ほけんしつだより 4月号

入学、進級おめでとう

あたらしいことがはじまるときには、だれもが緊張します。よい緊張は、人間を成長させてくれますが、たいへんつかれることでもあります。

☆夜は早くふとんにはいり たっぷりねむりましょう。(ぐっすり眠るために、おふとんに入る30分前には、テレビやパソコン、タブレット等の画面から離れましょう。)

☆朝ごはんを食べましょう。

みんな元気に登校してくださいね。

保健室はこんなところで

保健室は、みなさんが健康でいられるようにお手伝いします。

① 学校でのけがや病気の手当てをします。

病院に行くほどではない、けが・病気の
手当てや、行くまでの応急手当てです。

② 体について知りたいこと、わからない

ことや、悩みがあるとき、相談にのります。

③ そのほか、みなさんの体や心の元気のためにできることをいっしょに考えます。

～保健室利用のきまり～

◎ 休み時間に行きます。どうしてもまてないときは、担任の先生に言いましょう。

◎ 保健室が閉まっているときは、職員室に行きましょう。

保健室では * 「いつ」、「どこで」、「どうして」、「どうなったか」を自分でいいます。

* 「しつれいします」、「ありがとうございました」のあいさつをします。

定期健康診断が始まります

勉強や運動をがんばれるよう、病気がないか調べたり、体が
どれだけ大きくなったか測ったりします。

体のことを知るチャンスです。わからないことは自分で調べた

り、たずねたりして、自分の体にくわしくなりましょう。

令和7年度 定期健康診断の予定（都合により変更になることもあります）

項目	日時	受ける人	備考（ <small>かた</small> うちの方へ）
保健調査	4月 7日(月)2~6年 8日(火)1年生（配布）	全校生	年一回お返しします。修正や加筆をお願いします。 4/10日(木)回収
身長・体重測定	4月10日(木) 3~6年 11日(金) 1・2年	全校生	夏用体操服を準備してください。 <u>長い髪をまとめるときは、位置にご注意ください。</u> （測定に支障があるときは、ほどかせていただきます。）
視力検査	4月14日(月) 5・6年 4月15日(火) 3・4年 4月16日(水) 1・2年	全校生	メガネを持っている人は持ってくる。
聴力検査	（4月下旬から5月中旬）	全校生	詳しい実施日時は、後日学級通信等でお知らせします。
尿検査	4月17日(木) <small>あさ いは とうこう</small> （朝、家でとる。登校したらすぐ出す）	全校生	採尿セットを16日(水)に持ち帰ります。
心電図検査	4月25日(金) 8:50~	1・4年	問診票の記入をお願いします。 夏用体操服を準備してください。
内科検診 （結核健康診断） （運動器検診）	5月 9日(金) 午後	2年生、3-1	事前に問診票をお配りしますので記入をお願いします。 夏用体操服を準備してください。
	5月13日(火) 午後	1年生、3-2	
	5月14日(水) 午後	5年生	
	5月16日(金) 午後	4・6年生	
耳鼻科検診	5月15日(木) 午後	1・3年	事前に耳鼻科保健調査をします。相談したいことを記入してご提出ください。
歯科健康診断	6月 4日(水) 8:35~	2・4・6年	事前に歯科保健調査をします。相談したいことを記入してご提出ください。
	6月12日(木) 8:35~ *2年、6年が歯科指導を受けます	1・3・5年	

うちの方へ

- 定期健康診断では、様々な書類の記入をしていただかなくてはなりません。お忙しいところ恐れ入りますが、期限内の提出にご協力ください。
外部機関による検査や検診の日には、体調不良などやむを得ない場合を除き、できるだけ休ませないでください。
- 検査・検診の結果、異状や精密検査の必要ありとの結果が出ましたら、できるだけ早くご連絡致します。（特に異状がない場合はすぐにお知らせしない場合もあります。ご了承ください。）
- 年度初めは疲れが出やすいです。「早寝・早起き・朝ごはん」を実践して体調を整えましょう。

お世話になる先生方

内科：國屋正史先生（低学年）
田原 徹先生（高学年）
歯科：西村歯科 原 真理先生
耳鼻科：正垣一博先生
学校薬剤師：川瀬 章先生

八鹿小5年目になりました。保健室担当はふじわらよしこ養護教諭の藤原良子です。
よろしくお願ひします。