

ほけんだより 4月

鴻巣中央小学校保健室 令和6年4月

にゅうがく しんきゅう
入学・進級おめでとうございます。

あたらしい ねん
新しい1年のスタートですね。環境が変わるとつかれも出やすくなりますが、
げんきに すごす 秘けつは「早ね・早起き・朝ごはん」です。栄養をとって、しっかり
やすむ 時間を 作りましょう。保健室は、みんなの元気のサポートをしています。

1年間よろしくお祈いします。



保健室はこんなときにきてください



ケガをしたとき
きゅうきゅうしよち
救急処置してもらえる



ぐあい わる
臭いが悪いとき
いちじてき きゅうよう
一時的に休養できる



なや
悩みがあるとき
そうだん
相談できる



けんこう
健康について
し
知りたいとき

朝の元気チェック表

きになることがあったら、おうちの人に伝えてください。
むり やす たいせつ
無理をせず休むことも大切です。



<input checked="" type="checkbox"/>						
1	2	3	4	5	6	
よる ねむ 夜はよく 眠れましたか？	あさ た 朝ごはんは 食べましたか？	かおいろ わる 顔色は悪くない ですか？	いた や 痛いところは ないですか？	はなみず で せき・鼻水は出 ていませんか？	なや しんぱい 悩みや心配なこと はありませんか？	

ことし
今年もみなさんが心も体も健康に、たのしく学校生活を送れるようにいっしょ
に考えていきたいと思ひます。けがやぐあいが悪いとき、心・体のことを話した
いと思ひたら、保健室に来てくださいね。



「ほけんだより」では保健行事のお知らせのほか、お子さんが元気に成長できるよう保健に関わるいろいろな
情報をお届けします。ぜひお子さんと一緒にご覧ください。

健康診断が始まります

けんこうしんだん はじ

4月

8日(月) 始業式・入学式 	9日(火) 	10日(水) 発達測定 視力検査 4~6年	11日(木) 発達測定 視力検査 1~3年 	12日(金)
15日(月) 聴力検査2・3年	16日(火) (★尿検査容器配布)	17日(水) 尿検査(1次)①	18日(木) 尿検査(1次)②	19日(金) 聴力検査1・5年
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
29日(月) 昭和の日	30日(火)	健康診断実施にあたり、たくさんのお問診票や調査票にご記入いただきます。ご協力よろしくお願ひいたします。記入漏れ等があると一度返却させていただきます。提出前にご確認いただきますようお願いいたします。		

尿検査の容器配布は、16日(火)です。

提出日は17日(水)です。

(予備日 18日)

なお、家に忘れた場合や当日欠席した場合には、8時40分までに学校に届けてください。よろしくお願いいたします。



お世話になる

学校医の先生



よろしくお願いします！

内科	河野小児科医院 河野 英智 先生	仁科整形外科 仁科 哲雄 先生
歯科	松村歯科医院 松村 浩基 先生	かえこ歯科医院 吉田 佳恵子 先生
耳鼻科	わかやま耳鼻咽喉科クリニック 若山 禎 先生	
眼科	みぞぐち眼科 溝口 正一 先生	
薬剤師	おおはし薬局 川島 洋子 先生	



健康診断

なにをしらべる?
なんのため?



今月から健康診断が始まります。1年生のみなさんはぜひ、おうちの人といっしょに読んでみてください。2年生以上のみなさんはおさらいとして読んでください。

なにをしらべるの？

★身体計測

身長・体重から、成長の様子はどうか

★内科

心臓や肺、骨・皮ふの様子、栄養がとれているか

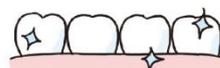


★運動器

手や足、骨・関節などに異常や病気がないか

★歯科

歯やあご、歯肉(歯ぐき)に異常や病気がないか



★耳鼻科

耳・鼻・のどに異常や病気がないか

★眼科

目や目のまわりに異常や病気がないか

★視力

目がどのくらい見えているか

★聴力

耳がどのくらい聞こえているか

★結核

「結核」という病気のうたがいがないか

★尿

腎臓病や糖尿病などのうたがいがないか

なんのためにしらべるの？

- ◎からだの状態や成長の様子がわかる
- ◎異常・病気を早く見つけられる・早くなおせる
- ◎自分のからだについて知り、興味もてる
- ◎健康に生活するための目標がわかる

