



ほけんだより 4月号

令和7年4月14日
松梅校小学部 保健室



いよいよ新しい1年がスタートしました。新しい学年になり、ドキドキワクワクしている人もいないのではないのでしょうか。

すてきな出会いになるように、友だちや自分のすてきなところをたくさん見つけましょう。これから1年、みなさんの元気いっぱいの笑顔、明るい声、いろいろな表情に出会えることを楽しみにしています。

ほけんしつ 保健室って、どんなところ？

★こんなときは、ほけんしつへ！

★おぼえてね！ほけんしつのやくそく



けがをした



ぐあいが悪くなった



けがや病気で来たときはなるべく担任の先生に言う



「どこが」「どうして」「どんなようす」を伝える



相談したい、話を聞いてほしい



からだやころ、健康について知りたい



ほけんしつの中でさわがない、走らない



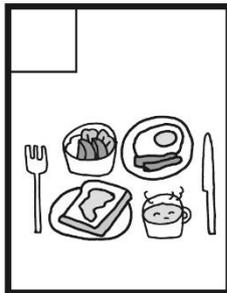
ものを使う、かるときはひと声かけて

ほけんしつで手当てを受けたときは、必ず、お家の人に伝えましょう！

おうちでチェック！ 毎朝の健康かんさつ



【チェック①】 前の日はよくねむれましたか？



【チェック②】 朝ごはんをしっかりと食べましたか？



【チェック③】 体のだるさはありませんか？



【チェック④】 頭のいたみはありませんか？



【チェック⑤】 熱っぽいかんじはありませんか？



【チェック⑥】 おなかのいたみはありませんか？



【チェック⑦】 「げり」や「べんぴ」になっていませんか？



【チェック⑧】 そのほか、ぐあいがわるいところはないですか？

この他にも気になることがあったら、お家の人に伝えましょう。体調が悪いときは、無理をせずにお家でゆっくり休むことも大切です！

けん 健康 しん 診 だん 断 はじ 始まります

おうちの人と一緒に確認しましょう

日にち	内容	学年	気を付けること
4月16日(水)	尿検査(一次)	全学年	朝、忘れないようにしましょう
4月17日(木)	歯科検診	全学年	給食後に歯みがきを ていねいにしましょう
4月21日(月)	身体測定・視力検査	全学年	体操服で受けます
	聴力検査	1・2・3・5年	耳の掃除をしておきましょう
4月23日(水)	心臓検診	1年・経過観察者	体操服で受けます バスタオルを持ってきてください
4月24日(木)	内科検診	全学年	体操服で受けます
4月30日(水)	眼科検診	全学年	
5月1日(木)	尿検査(二次)	対象者	朝、忘れないようにしましょう
5月21日(水)	耳鼻科検診	全学年	耳の掃除をしておきましょう

けん こう しん だん まえ ひ
健康診断の前日は

- お風呂に入って、からだを清潔に
- 耳そうじをしておく
- 忘れ物がないよう準備する
- 早めになて、体調をととのえる

もうすぐ健康診断 髪型は健康診断スタイルに

これは NG

ボニーテールやおだんご

前髪が白にかかると、髪が濡れないうちから髪が乾いてくると、髪が乾いてくると、髪が乾いてくると...

OK

目元や顔の色が見えないかも... 髪が乾いてくると、髪が乾いてくると、髪が乾いてくると...

がっ こう い しょう かい
学校医の紹介

今年度お世話になります。

学校医 吉谷 先生 (富士大和温泉病院)
 学校歯科医 服部 先生 (はっとり歯科医院)
 耳鼻科医 堤 先生 (つつみ耳鼻咽喉科)
 眼科医 坂井 先生 (やまと眼科)
 学校薬剤師 中島 先生 (愛敬薬局・高木瀬店)



1学期中は提出物がたくさんあります

一足早く産休に入られた中村先生の代替で、4月から松梅小にいます神武加奈子(こうたけかなこ)です。よろしくお願いいたします。みなさんが健康で元気に学校生活を送れるよう、保健室からサポートしていきます!!

1学期は健康診断の問診票や、お子さんのアレルギーや健康の状態を確認するための書類など、たくさんの提出物があります。提出期限が早いものもあり、お忙しい中大変お手数をおかけします。

ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます