

令和3年4月6日 玉島小保健室

# 入学☆進級おめでとございます



校門前のチューリップのお花がみなさんの登校をまっていたかのよう

にさいています。わくわくドキドキの新学期がはじまりました。新しい教室はいかがですか？新しい学年でがんばりたいことを決めている人も多いと思います。春休み気分がぬけていない人は、きそく正しい生活にきりかえていきましょう。元気な毎日をおくるためにも、病気の予防のためにも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、みなさんが心も体も健康にすごせるようにお手伝いします。



1年間、どうぞよろしくお願ひします。





## けんこうしんだん 4月の健康診断スケジュール

自分の体に興味をもって、体のようすを知りましょう。

どのくらい大きくなっているか楽しみですね(^o^)

準備するものや提出するものを忘れずにもってきてください。



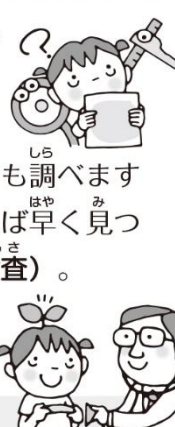
|     |   |                    |   |   |
|-----|---|--------------------|---|---|
| 12日 | 月 | 身長・体重測定<br>視力・聴力検査 | たいそうふくをわすれずにもってくる。<br>メガネを持っている人はもってくる。 |  |
| 15日 | 木 | 耳鼻科健診              | みみ<br>耳そうじをしてくる。<br>はな<br>鼻をかんでおく。      |  |
| 21日 | 火 | 検尿一次提出             | 検尿をわすれずにもってくる。                          |   |
| 22日 | 木 | 眼科健診               | 眼の病気がないかどうかをみる健診。                       |   |
| 28日 | 水 | 検尿一次予備日            | 4月21日にわすれた人がもってくる日。                     |   |

「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



# 保健室はこんなときに利用してください

みなさんが自分の心や体の健康を守り、育てていけるようお手伝いするのが保健室です。

こんな時に利用してくださいね(^\_^)

けがをしたとき



たいちょうがわるいとき



なやみやこまったことがあるとき  
相談してください



からだやこころについてしりたいとおもったとき



## お家の方へ コロナ感染症対応のお願い

今年度もコロナ感染症対応として、ご家庭での、朝の検温と健康観察のチェックをお願いします。黄色い紙のチェック票です。毎日記入し、学校に持たせてください。

土日でもチェック票記入をお願いします。

玉島小では、『マスク着用率100%!!』を合い言葉に、コロナ対応をしています。マスク着用や予備のマスクを持たせる等の配慮やお声かけをお願いします。

