

ほけんだよい4月



R5.4.7
館林七小
保健室



ご入学・ご進級おめでとうございます！新しい学年に気持ちもワクワクしていることと思います。新しい環境になると、自分では気づかないうちに疲れがたまってしまうものです。規則正しい生活習慣（早ね・早おき・朝ごはん）を心がけ、元気に新年度のスタートを切りましょう！！また、4月からは健康診断も始まります。裏面の健康診断の注意点をよく読んで、正しく健康診断を受けましょう。

ほけんもくひょう 4月の保健目標

じぶん からだ
自分の体を
知ろう！

ほけんしつ 保健室ってどんなところ…？



けがをしたときに
てあて
手当をします



たいちよう わる
体調が悪いときに
やす
休むことができます

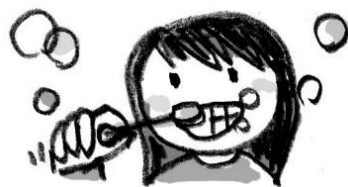


しんぱい
心配ごとやなやみなど
はなし
話を聞きます

そのほかにも、からだについて知りたいときや
なにかこまったことがあったときには
だれでも、いつでも気軽に保健室にきてくださいね。

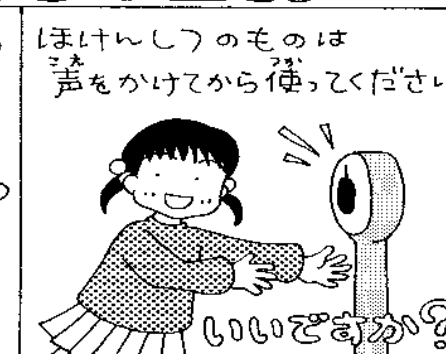
☆はみがきの用意を☆

七小では給食を食べた後に、はみがきの時間があります。
むし歯予防のためにもはみがきの習慣を身に付けましょう。
みなさん、はみがきセットを忘れずに持ってきてくださいね☆



ほけんしつを++ ++利用するとき

やくそく まも
約束を守って
じょうず いよう
上手に利用しよう



引き続き…

●感染症対策にご協力ください●

学校では今年度も引き続き感染症対策を行っていきます。ご家庭にも、以下のご協力をお願いいたします。

①『家庭で行う健康観察表』の記入

健康管理のため、毎日の検温・健康観察をお願いします。→毎日学校に提出してください。

②マスクの持参

給食配膳時には、全員マスクの着用をお願いします。※普段の生活では、マスクの着用は自由です。

③ハンカチの持参

引き続き手洗いを徹底したいと思います。毎日清潔なハンカチを持参しましょう。

④規則正しい生活習慣

免疫力を高めておくためにも、「しっかり睡眠」「栄養のある食事」を心がけましょう。

けんこうしんだん 健康診断がはじまります！

健康診断は…

○からだの成長を調べます。

○からだにおかしなところはないか、病気にかかっていないかを調べます。

○自分の健康状態を知り、これからの生活に役立てるために行います。



＜健康診断日程&注意点＞

月 日	曜	健康診断内容	注意点
4／10	月	身体測定（４・５・６年）	半そで・短パンで行います
11	火	〃（１・２・３年）	髪を高い位置でしばってこないように！
12	水	視力検査（３・４年）	めがねをかけている子は、
13	木	視力検査（５・６年）	めがねを忘れずに持ってきてください
14	金	歯科検診（１・２・３年）	朝必ず歯みがきをしてきてください
17	月	視力検査（１・２年）	めがねを忘れずに！
18	火	聴力検査（３・５年）	
19	水	歯科検診（４・５・６年）	朝必ず歯みがきをしてきてください
20	木	聴力検査（１・２年）	
5／ 2	火	胸部Ｘ線検査（１年希望者）	
16	火	眼科検診（全学年）	めがねを忘れずに！
18	木	尿検査一次回収(全学年) 5/17容器配布	かならず提出当日の早朝一番尿を！
19	金	尿検査一次回収 予備日(対象者)	
29	月	内科検診（全学年）	体育着の半そで・短パンで行います
6／13	火	尿検査二次回収（対象者） 6/12容器配布	かならず提出当日の早朝一番尿を！
14	水	尿検査二次回収 予備日（対象者）	
19	月	耳鼻科検診（１・２・５年＋希望者）	前日に耳そうじ、当日は髪をまとめてくる
22	木	心臓検診（１年）	体育着の半そで・短パンで行います

☆よろしくお願いします☆



今年度１年間お世話になる
学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方です。

内 科 医	ハートクリニック	秋山 昌洋 先生
眼 科 医	川村眼科医院	川村 昭之 先生
耳鼻科医	小倉医院	小倉 寿夫 先生
歯 科 医	ますみこども歯科医院	富永 真澄 先生
薬 剤 師		熊谷 ますみ先生

だいななしょうがっこう 第七小学校のみなさんへ

みなさんが安心して学校生活をおくれるようにサポートします。なにかこまったことがあったら、いつでも気軽に保健室にきてくださいね。

わたしも来たばかりでわからないことばかりなので、七小のことをたくさん教えてください。また、はやくみなさんの顔と名前をおぼえたいので、学校の中で見かけたらおはなししてくれるとうれしいです！エプロンが目印です☆よろしくおねがいします。

保護者の方へ

初任のため至らない点多々あるかと思いますが、子どもたちが安心して学校生活を送れるよう全力でサポートしていきたいと思います。

今後なにかご不明点等がございましたら、ご連絡ください。

さっそくですが、本日（４／７）保健関係の書類を配付

いたしました。以下のものを

4／10（月）までに提出をお願いします。

①結核検診問診票・運動器検診問診票 ②歯科アンケート ③耳鼻科アンケート

※１年生のみプラスで、④心臓検診用調査票（ピンクの紙）⑤胸部エックス線検査について

よろしくお願いいたします。