

すこやか

入学・進級おめでとうございます!! 養護教諭の清女谷 美穂です。

今年度もみなさんの体と心の健康を見守り、サポートしていきます。具合の悪い時や相談したいことがあるときは、遠慮せず保健室に来てください。

また、この保健だよりを通して、体や心の健康についての情報もお伝えしていきたいと思っています。とくに、4月から6月にかけては健康診断にかかわるお知らせが多くなります。日程や提出物をはじめ、検診・検査の受け方なども載せていきます。おうちの人と一緒に読んで、しっかり準備をしておいてくださいね。



保健目標 自分の中からだのようすを知ろう!!

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5 入学式・始業式	6 身体計測	7 児童委員会	8	9
10 さわやか チェック	11 はみがき チェック	12	13	14	15	16
17 さわやか チェック	18 はみがき チェック	19	20	21 授業参観	22	23
24 さわやか チェック 学年集会	25 はみがき チェック 内科検診	26	27 尿検査	28 避難訓練 児童委員会	29	30

保健室でできること

● けがや病気の
のてあて

● なやみや
不安の相談

● 健康やからだの
ことについて知る



できないこと

・ クスリはあげられません

・ けがや病気を毎日つづけて
みてあげることはできません

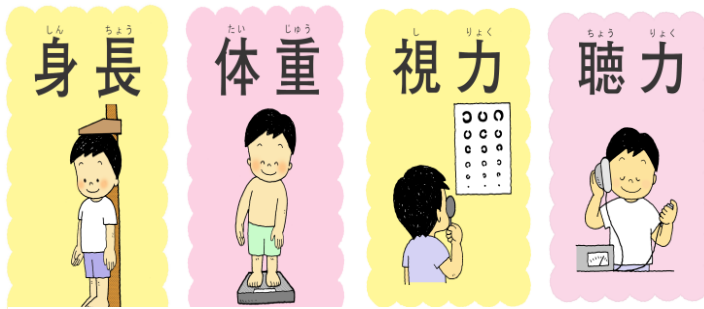


おうちのかたへ

保健室では、登校後に体調が悪くなった場合、休養するのは、原則 1 時間までとし、改善しない場合は早退し、ご家庭での休養や医療機関の受診をお勧めします。その場合、下校時のお子さんの安全上、お迎えに来ていただくようお願いしています。

また、けがなどの継続的な手当ては、原則としておこなっておりません。ご理解よろしくをお願いします。

がつ か もく しんたいけいそく 4月6日(木)は身体計測があります!!

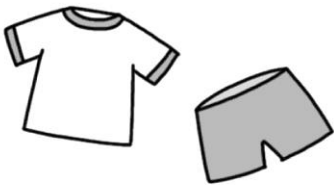


定期健康診断は、みなさんが毎日元気に過ごすためにも、重要なものです。

現在、決まっている健康診断の日程を、お知らせします。
 ☆4月25日(火) 内科検診(全校)
 ☆5月10日(水) 歯科検診(全校)

健康診断を受けるときの注意

体操服を用意する



校医の先生に
しっかりあいさつをする



メガネを使っている人は
忘れずにもってくる



じゃまにならない髪型にする



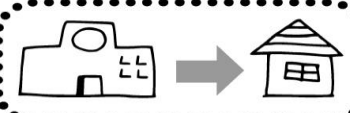
からだをせいけつにしておく



前の日は早く寝て
体調をととのえる



保護者の方へ～朝の健康観察のお願い～



新年度がスタートしました。お子さんたちは新しい環境でやる気と期待に満ちあふれる一方、少なからず不安や緊張も抱えていることと思われまます。楽しく充実した学校生活、また病気・異常の早期発見のためにも、朝の登校前にお子さんの「健康観察」を実施していただければと思います。

- すっきりと起きられたか
- 朝食はしっかりとったか
- 発熱はないか
- 頭、お腹などを痛がっていないか
- 落ちこんでいる様子はないか
- その他、普段と違う様子はないか



お忙しい時間帯ですが、ご協力のほど、何卒よろしくお願ひ申し上げます。なお、気にかかることがありましたら、お気軽に担任・養護教諭までご相談ください。