

# ほけんだより 4月

南郷小学校 保健室  
R6.4.8

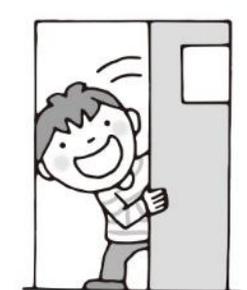
入学・進級おめでとうございます。新しい学年、ワクワク楽しみな人、ちょっぴり不安な人…みなさんがそれぞれ、いろんな気持ちを抱えていることだと思います。きっと、この1年でみなさんは色々な「初めて」に出会っていきましょう。一つ一つを楽しみながら、どんなことにも一緒に挑戦していきましょうね!

このほけんだよりでは、みなさんが毎日を元気に過ごすための情報を紹介していきます。ぜひ、お家の人と一緒に読んでくださいね★(裏面には保護者の方向けのお知らせを載せることが多いので、ぜひご覧下さい!)

ほけんだよりとほけん室を  
よろしく  お願いします

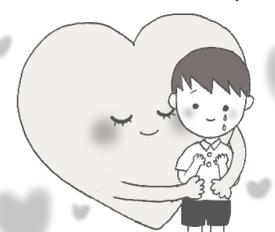
**い** ま読んでくれている「ほけんだより」は、ほけん室の先生からみなさんへのお手紙です。書いてあるのは体と心についてのお話。  
「毎日元気だから読まなくても大丈夫!」と思った人もいるかもしれませんがね。「いま」元気なのはもちろん素晴らしいことですが「これから」の体と心の健康も大切にしましょう。ずっと元気であるために知ってほしいことをいっぱいお届けするので、毎回楽しみにしててくださいね。

そして、ほけん室にはみなさんの健康を一緒に考える先生がいます。体や心のこと話を話したいと思ったら、気軽にほけん室へ来てくださいね。



## 保健室 って どんどころ?

**ほ** と心を休ませられます  
なんでもおはなししてね☺  
ヒミツはしっかりまもります



**け** が・びょうきのときに  
てあてをします



**ん** の体のヒミツを  
たくさんべんきょうできます



**し** んちょうやたいじゅうを  
はかることができます



**つ** らいとき・体調がわるいとき  
ゆっくり休むことができます



- ★やくそく★
- ① かならず先生に言ってからほけんしつにきてください。
  - ② 休んでいる人がいるときは、しずかにします。
  - ③ かってにはいりません。
  - ④ てあてしてもらったときは、おうちの人にそのことをおはなししてください。

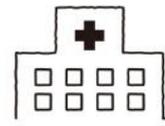
今月の保健目標は  
**じぶんのからだを  
 よくしろう**  
 です！



健康診断は、皆さんの体のようすをみたり、かくれた病気がないかをしらべたりするために  
 行われています。学年によって受ける検査は違いますが、どれも大切な検査なので、上手に検査を受けてください。

### けんさの日と ちゅういじこう

月・日	けんさ	ちゅうい
4月11日(木)	身体測定	・かみがたに きをつけましょう。 (おだんご・おでこ～あたまの上で かみをむすぶのは×)
4月12日(金)	視力検査	・めがねをかけている人は もってきます。
4月15日(月)	心臓検診 (1年生のみ)	・しんぞうけんしんようの ほけんだよりを しっかり よみましょう。
4月17日(水)	聴力検査	・まえの日に みみそうじを しましょう。
4月23日(火)	眼科検診 (1年生のみ)	・かならず マスクを つけましょう。
4月25日(木)	内科・整形・ 結核健診	・たいそうふくを わすれずに もってきます。
4月30日(火)	耳鼻科検診 (1年生のみ)	・かならず マスクを つけましょう。
5月16日(木)	歯科検診	・あさ しっかり はみがきを してきましょう。
5月28日(火)	尿検査	・くばられる おたよりを しっかり よみましょう。



### 学校医の先生を紹介します

内科	先生
歯科	先生
耳鼻科	先生
眼科	先生
薬剤師	先生



先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう！

### ～保護者の皆様へ～

#### ☆南郷小学校の保健に関するルールについて☆

- ・封筒に入っているオレンジ色の用紙「元気にすごすための南郷小のルール」をご覧ください。

#### ☆欠席について☆

- ・下記のような学校感染症と診断され、診断書を提出された場合は、**出席停止**の扱いになりますので、その旨をお知らせください。

新型コロナウイルス・インフルエンザ→診断書がなくても出席停止となります。  
 百日咳、麻疹(はしか)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、風疹(三日はしか)、  
 水痘(水ぼうそう)、咽頭結膜熱(プール熱)、流行性角結膜炎(はやり目)、急性  
 出血性結膜炎、結核など。  
**※ノロウイルス、手足口病、溶連菌感染症、アタマジラミなど、他者へ感染しやすい病気についてもお知らせください。**



4～5月は、子ども達も緊張して疲れやすくなっています。お話を聞いてあげたり、夜ゆっくり休めるよう声掛けしたりするなど、ご協力をお願いします。気になる様子がございましたら、お気軽にご連絡ください。