

ほけんだより 4月



No. 1

令和5年4月5日
珠洲市立直小学校
保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます！1年生14名をむかえて、全校児童68名で新年度がスタートしました。新しい友達、先生、教室、そして勉強。新しいことばかりの毎日にドキドキ、ワクワクしているのではないのでしょうか？今年度も引き続き、保健室の担当を務めます、中山です。みなさんが元気に、楽しく、学校生活を送れるように心と体の健康をサポートしていきます。よろしくお願いいたします。

保健目標

自分の体を知ろう

☆ほけんだよりや保健教育に関する感想やリクエストなどをお待ちしております。



保健室はこんなときにきてください



ケガをしたとき
救急処置してもらえる



具合が悪いとき
一時的に休養できる



悩みがあるとき
相談できる



健康について
知りたいとき

保護者の皆様へ

✿茶封筒(長形3号)について

保健関係の書類を提出してもらった際や受診の結果をお知らせする際に名前入りの茶封筒を使います。学校、家庭間のやりとりに使うため、提出物がない場合も学校に返却してください。

✿朝の健康観察・健康チェックカードについて

家庭での朝の健康観察をお願いします。健康チェックカードには、児童の「体温」、「体の調子」、「家族の体の調子」を記入します。37.5℃以上ある場合や少しでも風邪の症状がある場合は、ご家庭で休養させ、医療機関を受診してください。(受診後、診断結果をお知らせください。)

✿欠席・遅刻の場合は、8時10分までにご連絡ください。その際、理由や症状なども合わせてお知らせください。(直小学校 82-0313)

※新型コロナウイルス感染症に関しましては、別紙の「新型コロナウイルス感染防止対策」をご覧ください。



けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります！

健康診断は、自分の成長を知ることができ、体に病気や調子がよくないところはないかを調べます。先生方のお話をよく聞き、ほけんだよりをよく読んで、受けましょう。

日付	項目	対象学年	時間	場所	持ち物
4/6(木)	身体計測 視力検査	全学年	1限 4・5・6年	図書室	体操服 (半そで・ハーフ パンツ) メガネ
			2限 たんぼぼ・2・3年 3限 1年	図工室	
4/7(金)	聴力検査	全学年	1限～ 6年から順に	保健室	
4/13(木)	内科・結核・ 運動器検診	全学年	14:00～	保健室	体操服
4/20(木)	歯科検診	全学年	13:30～	保健室	歯みがき
4/25(火)	尿検査	全学年	8:20まで	保健室前	尿検査セット
5/23(火)	耳鼻咽喉検診	1・2・4	13:30～	保健室	
5/26(金)	心臓検診	1	9:30ごろ～	図書室	体操服

身長・体重



せなか、おしり、かかとを柱につけます。
髪を結ぶときは、頭の上や後ろにこないように結んでください。



のりおりは静かにします。

視力



右目からはかります。
しゃ眼鏡は、目に軽くあてます。
わっかの空いているところを答えます。

聴力



右耳からはかります。レシーバーを耳にあてて、音がなっている間はボタンをずっとおします。
「ピーッ」と小さい音になります。

☆健康診断の前日は、早めに寝ましょう。

☆検診前は、配付物や提出物が多くあります。期限内に忘れずに持ってくるようお願いいたします。

