

# ほけんだより 4月

十四山東部小学校 保健室  
NO.1 (2~6年生用)  
平成31年4月8日

しんきゅう

## 進級おめでとうございます！

あたら ねん 新一(ねん)年(が)スタート(し)ました。えがお 笑顔(の)あふれる(すてき)素敵な(ねん)一年(に)したい(です)ね。まいにち 毎日(、)みなさん(の)元気(な)姿(が)見(られる)こと(を)楽しみ(に)して(います)。

ようごきょうゆ かとうあきな 養護教諭(の)加藤明菜(です)。  
みなさんが健康(に)楽しく(がっこうせいかつ)学校生活(を)送(れる)よう(サポート)して(いきます)。たい 体調(の)悪い(時)や相談(のある)時は(保健室)へ(来)て(ください)ね。  
よろしく(お)願(い)します。



### 毎日 つづけよう！ 朝の元気チェック

□きのうの夜はよくねむれましたか？



□いたいところはないですか？(頭、おなかなど)



□朝ごはんはしっかり食べられましたか？



□からだがかたい、重い感じはありませんか？



□せき、のどのいたみはないですか？



□なやみや心配なことはないですか？



学校へ来る前に確認してみましょう。ひとつでもチェックがつかなかったら、おうちの人や先生に伝えましょう



がっこうい 学校医 すすき 鈴木 孝一 先生 (すすきこどもクリニック)  
がっこうし かい 学校歯科医 こいで よしひこ 先生 (十四山歯科)  
がっこうやくざいし 学校薬剤師 やなぎ きよこ 先生 (ヤナギ薬局)

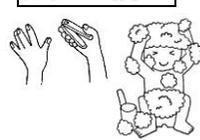
### しっかり準備、しっかり受けよう！ 4月の保健行事

けんこうしんだん 健康診断は、自分の体の状態を知ったり、病気や異常を早く見つけたりすることで、毎日を元気に過ごすためのものです。事前のお知らせを読んでしっかり受けましょう。

日付	保健行事	対象者	注意事項
4/9 (火)	身体測定 聴力検査	全学年	持ち物：体操服 身長を測りやすい髪型にしてください。
4/10 (水)	ほけんれんらくファイル提出 視力検査	全学年 1~3年	普段、眼鏡を使用している人は、眼鏡を持ってきてください。
4/12 (金)	視力検査	4~6年	普段、眼鏡を使用している人は、眼鏡を持ってきてください。
4/18 (木)	心電図検査 血液検査 尿検査 配付	1・4年 5年 全学年	心臓検診調査票は10日までに提出してください。 「血液検査の実施について(希望調査用紙)」は10日までに提出してください。 19日の朝一番に採尿してください。
4/19 (金)	尿検査 提出	全学年	尿がもれないようにしっかり栓をしてください。

#### ◇検査を受けるために気をつけること◇

##### 検査の前日



手足のつめを切ったり、体をきれいにする



持ち物のじゅんびをする



早め(に)ねてつかれをとる

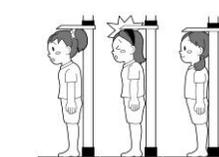
##### 当日



しずかに



返事(や)あいさつも忘れず(に)



検査(によって)、服装(や)髪形(に)気(をつ)ける

#### 保護者の方へ <保健関係提出物について>

健診結果、治療や詳しい検査が必要な場合には「結果のお知らせ」で連絡しますので、お手元に届きましたら受診をお願いします。なお、健康診断のアンケート類は「ほけんれんらくファイル」に入れて、10日(水)までに学校へ提出してください。

学年によって提出物が異なりますので、お間違えのないようにお願いします。

- 2・3・6年：児童個票、健康カード
- 4年：健康手帳、児童個票、健康カード、学校心臓検診調査票
- 5年：児童個票、健康カード、血液検査について(学校血液検査問診票)