

ほけんだより4月

2019年4月8日(月)
丹波市小学校保健室

進級おめでとうございます！

今年度の保健室も上浦ありす先生が担当します！どうぞよろしくお願ひします*

これから1年間、保健室からみなさんの心とからだ元気が大きくなっていけるように、また、けがや病気になる時は早くおすことができるように、いろいろなお手伝いをしたり、一緒に考えたりしていきたいと思ひます。そしてこの「ほけんだより」もその方法のひとつ。マジメなこと、楽しいこと、役に立つこと…みなさんに伝えたいあれこれをお届けします。お楽しみに！！

4月の保健目標



新しい学年がスタートしました！今年度ももちろん「早寝・早起き・朝ごはん+朝うんち+外遊び」で元気いっぱい過ごしましょう！
そして、新しい学年に上がると…！？そう！健康診断が始まりますよ！

けんこうしんだんって、なんのため？

病気やいじょうがないかを「しらべる」
からだのせいちょうのようすを「しる」
からだやこころの健康について「まなぶ」

よろしくお願ひします！学校医の先生方

内科 横田義子先生〔よしこクリニック〕
歯科 田中信之先生〔田中歯科医院〕
眼科 平井宏明先生〔平井眼科〕

耳鼻科 張田裕先生〔張田医院〕
薬剤師 城 巖先生〔シャトー薬局〕



けんこうしんだん よてい

健康診断の予定

月	日	項目	学年	内容・注意
4	11	発育測定	5・6年生	身長と体重をはかります
	12		3・4年生	爪が伸びていないかチェックします *おだんごやポニーテールにしない *爪を切ってくる
	15		1・2年生	
	16	尿検査	全学年	腎臓や膀胱病がないかチェックします *忘れずに持ってきてください！
	17	聴力検査	3・5年生	聞こえ方をチェックします *耳そうじをしておいてください
	18	内科検診	1・2・3年生	心臓・肺・腎・皮膚に異常がないかチェックします *体探服を脱れないように！
5	22~26	視力検査	全学年	見え方をチェックします *めがねを持っている人は持ってきてください
	9	耳鼻科検診	3年生	耳・鼻・のどに異常がないかチェックします *耳そうじをしておいてください *髪の毛が耳にかかる人はピンでとめるか、ゴムで結びましょう
	16	内科検診	4・5・6年生	心臓・肺・腎・皮膚に異常がないかチェックします *体探服を脱れないように！
	21	心電図検査	1年生	心臓の働きをチェックします
	31	眼科検診	1年生	目に異常がないかチェックします *静養をとめるか、切ってきてください
6	6	歯科検診	全学年	むし歯や歯肉の病変、歯垢、歯並びなどをチェックします *歯みがきをしてきてください

*検診の前日は早寝を心がけるなど、自分自身の体の調子をととのえておきましょう

*また、検査を受けるときは、静かにしましょうね

