

令和6年4月8日 維和小学校保健室 髙丸

お子様と一緒にお読みください。

風はやさしく、日ざしはあたたかくなってきました。いよいよ新 しい一年がスタートしました。お子様が元気に毎日を過ごせるように保健室からも応援しています。この健康だよりで、保健や給 食についての情報などを伝えていきます。 どうぞよろしくお願いします。

けんこうしんだん はじ

◆健康診断が始まります!

健康診断をうけるのはなぜ?



- ◆自分の体を知るため:成長や健康の様子を知る手がかりになります。
- ◆自分の健康を守るため:くわしい検査や治療をうけるきっかけになります。

じっし び 実 施日	zjt (項目	たいしょうがくねん 対象学年	場所
	しんたいそくてい 身体測定	ぜんがくねん 全学年	たもくてききょうしつ 多目的教室
4月15日(月)	しりょくけんさ 視力検査	ぜんがくねん 全学年	英語ルーム
	^{ちょうりょくけんさ} 聴力検査	l・2・3・5年生	まんがくしつ 音楽室
4月25日(木)	ないかけんしん 内科検診	ぜんがくねん 全学年	^{ほけんしっ} 保健室
5月21日(火)	歯科検診	ぜんがくねん 全学年	^{ほけんしっ} 保健室
5月14日(火)	尿検査(I次)	せんがくねん 全学年	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\
5月21日(火)	尿検査(2次)	たいしょうしゃ 対象者	家でとってくる
がつむいか もく 6月6日(木)	心臓検診	1・4年生	ほけんしつ 保健室

子供たちへ

- * 検査をしていただく方に、「お願いします」「ありがとうございました」 などのあいさつをしっかりとしましょう。
- * 身体測定や内科検診は体育服で受けますので、体育服を忘れずにもってきましょう。
- * 検査の前日は、お風呂に入って、体を清潔にしておきましょう。

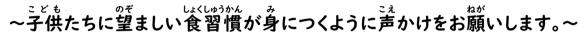
がっこうきゅうしょく

学校給食について

がっこうきゅうしょく 学校給食では、子供たちの心と体の健康や発達のため、栄養バランス こんだて かんが よい献立を考えています。行事食や郷土料理などの給食を提供したいと もうりせんせい よしざかせんせい 思います。給食技師の毛利先生、吉坂先生が、子供たちの健康を考えて、 でいます。 でかうしょく でいきょう に過ごせるように給食づくりをがんばってまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。

くご家庭へのお願い>



| 食事マナーについて

箸の持ち方や食事の姿勢、食事中の会話の仕方など、食事の場面をと おして食事のマナーを見直してみましょう。

2 食事のあいさつについて

た。 食べる前には「いただきます」、食べ終わったら「ごちそうさまでした」 のあいさつを大切にしましょう。

3 バランスのよい食事をしましょう。

学校の給食の栄養量は「日の」/3程度です。2/3の栄養量はご 家庭でとることになります。心も体も大きく成長する大切な時期です。 ご家庭におかれましても、栄養や量など、バランスを考えた食事をお願いします。

4 一人でできるようにしましょう。

みかんの皮むきや魚の骨の取り方など、一人でも食べる力を 身につけましょう。

