

ほけんだより 4月

発行日：2024.4.8

天草市立楠浦小学校

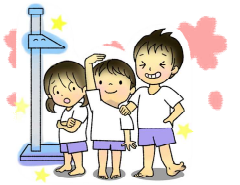
保健室 柴田 美紅

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい年度が始まりましたね。今年度1年間、みんなが健康に過ごせることを願っています。

今年度、上天草市立姫戸中学校から来ました、養護助教諭の柴田美紅です。初めての小学校なので、ドキドキ・わくわくしています。天草市のことや、楠浦町のことをたくさん教えてください。早くみんなの顔と名前を覚えられるようにがんばります！よろしくお願ひします。



けんこうしんだんについて ★健康診断日程★



日時	実施項目	対象	ひとこと
4月11日(木) 2・3校時	身体測定・聴力検査・視力検査・運動器検診	全学年	・めがねを持っている人はめがねを忘れずに！
4月25日(木) 13:40～	内科検診(耳鼻科検診・運動器検診・眼科検診・結核検診を含む)	2・3・5年生	・お風呂で体をきれいにしておきましょう。
5月2日(木) 13:40～		1・4・6年生	
5月2日(木) 8:40まで	検尿一次	全学年	・朝起きてすぐの尿をとる！ ・絶対に忘れない！
5月9日(木) 8:40まで	検尿二次	未提出者 対象者	・提出できない人は柴田まで言いに来てください。
5月9日(木) 13:30～	歯科検診	2・3・5年生	・みがき残しのないように、いつもよりていねいな歯みがきを！
5月30日(木) 13:30～		1・4・6年生	
5月16日(木) 9:30～	心臓検診	1・4年生	・体育服を忘れずに！
10月頃	色覚検査	4年生 希望者	・10月になったら希望をとりま す。日にちが決まり次第、すぐにお知らせします。



こうい 校医さん

しょうかい の紹介

<学校医> 福本 健太郎 先生

<学校歯科医> 新田 昭洋 先生

<学校薬剤師> 今里 裕 先生



今年もよろしく

お願ひします！

けんこうしんだん 健康診断

が始まります！

健康診断がはじまります。1年生ははじめてのことで「どうして受けるの？」と思うかもしれませんがね。健康診断はこれから1年間を元気にすごすためにととても大切な行事です。主にこんな目的があります。

からだ
体がどのくらい成長しているかを調べます。

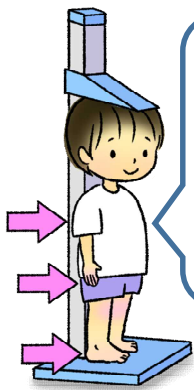
からだ びょうき いじょう
体に病気や異常がないかを調べます。

からだ
体について学び、より健康な生活につなげられるようにします。

4月11日の2・3時間目は、身体測定です。身長・体重・目の検査・耳の検査・運動器の検査を行います。たくさんの検査を行うので、スムーズにできるように、しっかり読んでくださいね。身体測定は、体育服で行います。体育服を忘れないように準備して寝ましょう。

しんたいそくてい 【身体測定】

身長と体重を測って、1年間にどれだけ成長したかを調べます。



せなか お尻・かかとを柱につける。
くつした靴下は、ぬぎます。



体重計のまん中に静かに乗ります。

うんどうきけんしん 【運動器検診】

骨・関節・筋肉など身体を支えたり動かしたりする器官に異常がないかを調べます。

★片足立ち



- ①膝が垂直になるまで足をあげ、5秒数える。
- ②片足ずつ行う。

★しゃがみこみ

- ①足を肩はばにひらく。
- ②手を前に伸ばし、足の裏を全部床につけたまましゃがむ。



しりょくけんさ 【視力検査】

ものがどのくらい見えているかを調べます。黒い輪(ランドルト環)の切れている方向を答えます。

- ①決められた位置に立つ。
- ②メガネやコンタクトレンズをつけている人は、先生に伝える。
- ②黒の画用紙で左目をかくして検査
- ③右目をかくして検査



メガネの準備を忘れないように！！

ちゅうりょくけんさ 【聴力検査】

普段の生活の中で、音をしっかりと聴き取れているかを調べます。聞こえてくる音はとても小さいので、待っている間は静かに！！同じ機械を使うので、始める前に、手指消毒をしてください。

①



右耳にしっかりとレシーバーをつける。

②



音が聞こえたらボタンをおす。

③



左耳も同じように検査します。