

元気のたね

高森中央小学校 保健室
令和6年4月10日 No. 1
文責：内野



1年生のみなさん、入学おめでとうございます。

2年生、3年生、4年生、5年生、6年生のみなさん、進級おめでとうございます。
がんばりたいことを思い切りがんばることができるように、元気な心と体を

作っていきましょう。

4～6月は保健行事がもりだくさん！

4月・5月前半の保健行事

4/10(水)身体測定(4・5・6年)*裏参照

4/11(木)身体測定(1・2・3年)*裏参照

4/15(月)保健関係提出物締め切り

4/17(水)尿検査(全学年)

5/ 2(木)内科検診(4の1、4の2、5の1)

5/ 9(木)内科検診(5の2、6の1)

5/13(月)歯科検診(1・2・3年)



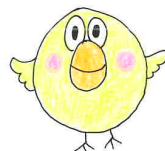
自己紹介

高森中央小5年目の内野佳子です。

みなさんが、元気に勉強や運動するための基本となる「心と体の健康」のサポートをしていきます。

よろしくお願ひします。

よろしくね～



とつぼ



元気田たもつ

どうぞよろしくお願ひします。



保健室はこんなところです

担任の先生に伝えてから来てくださいね

けがの手当て

学校でのけがの応急手当てをしますが、治療は病院でもらってくださいね。

自宅や習い事でのけがの手当ては、必ず自宅で行いましょう。



病気の手当て

保健室のベッドは、体調が悪い人が一時的に休むためにあります。

熱や脈を測って、頑張ることができるか、少し休んだほうがいいのか、または早退したほうがいいのか判断します。



心や体の悩み相談

「保健室で話したいな」と

思ったら、いつでもどうぞ。

お昼休みがお勧めです。



健康についての勉強の場

自分の体を知ることは健康への第一歩です。

健康診断の結果から自分の健康状態を

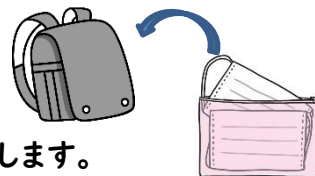
知ったり、健康関係の本などの調べ物もできます。



おうちの方へ

給食時間は毎日、マスクを着用します。

衛生的に給食配膳をするため、マスクのご準備をよろしくお願いいたします。



4月10日(水):身体測定[2・3時間目]4・5・6年生
 4月11日(木):身体測定[2・3時間目]1・2・3年生

身体計測



からだの成長のようすがわかります

視力検査



目は十分見えているかな？

聴力検査



耳は十分聞こえているかな？

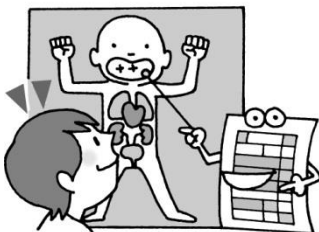
*服装:夏の体育服(順番を待つ時や移動で寒い時はジャンパー等を着ます。)

*コンタクトレンズを使用している人は、測定の時に申し出てください

*髪は耳から下の位置で結びましょう。

保健調査票(全学年):回収4月15日(月)

●保健調査票は
 あなたのからだの
 大切な手がかりです



●保健調査票は
 おうちの人と一緒に
 正確に記入しましょう



~おうちの方へ~

保健袋(角2茶封筒)で保健調査票、日本スポーツ振興センター加入同意書(1年・転入者)、心臓検診調査表(1・4年生)、結核検診問診票・運動器検診問診票・フッ化物洗口希望調査を配付しています。

1学期は、たくさんの書類があり大変かとは思いますが、どれも大切な書類です。保健調査票は両面ありますので、お子様と一緒に確認しながら御記入ください。4月15日(月)しめきり

歯ブラシ・コップについて



感染予防対策のため、歯ブラシ・コップは巾着袋に入れて個人で保管します。衛生上、毎週持ち帰りますので、洗浄・洗濯をよろしくお願いいたします。

