

元気のたね



高森中央小学校 保健室

令和7年4月8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(木)身体測定(4・5・6年) *裏参照
4/11(金)身体測定(1・2・3年) *裏参照
4/14(月)保健関係提出物締め切り
4/16(水)尿検査(全学年)
5/ 1(木)内科検診(5の1、6の1、6の2)
5/ 7(水)内科検診(1の1、2の1、3の1)
5/ 8(木)歯科検診(4の1、4の2、5の2)



保健室はこんなところです

けがの手当

学校でのけがの応急手当をしますが、
治療は病院でしてもらってくださいね。
自宅や習い事でのけがの手当では、
必ず自宅で行いましょう。



びよきの手当

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
休んだほうがいいか、または早退
したほうがいいか判断します。



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

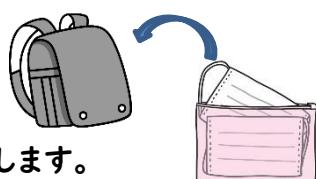
自分の体を知ることは健康への第一歩です。
健康診断の結果から自分の健康状態を
知ったり、健康関係の本などの調べ物もできます。



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



からだの成長のようすがわかります



目は十分見えているかな?



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バー等を着ます。)

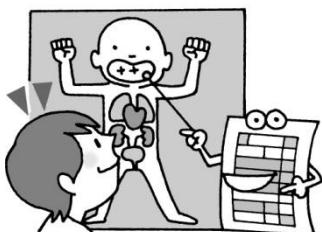
*コンタクトレンズを使用している人は、測定の時に申し出てください

*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14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14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ひします。

