



ほけんだより



額部小学校 保健室 平成 31 年 4 月 8 日 発行



よろしくお願ひしま
す！
保健室の
こがはら ゆい
小河原 由衣です。

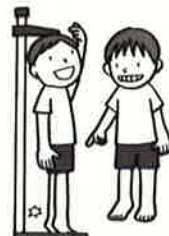
* 保健室は 1 階さくら組の

ご入学・ご進級おめでとうございます !!

入学式には、かわいい1年生を迎え、ワクワクの新学期がはじまりました。4月は新しいことがいっぱいですね。新しいクラスに新しい先生、わくわくするけれどちょっと緊張することもありますね。がんばりすぎて疲れないよう、リラックスしながら今年度も元気に勉強や運動そして遊びに取り組んでいきましょう。保健室からカー一杯応援させていただきます。今年も「ほけんだより」を通して、保健行事や健康についての情報をお伝えしていきます。ぜひ、親子でいっしょに読んでみてください。

健康診断が始まります

4月の予定



ほけんだよりを
よく読んでね!

| 検診項目 | 実施日 | 対象学年 | 準備 | 注意 |
|-----------------------------|--------|----------------|--|---|
| 身体測定 (身長・ 体重) 視力検査 | 9日(火) | 4・5・6年 さくら組 | ・体操服の半そで ・体操服の短パン ・メガネ (時反している子も 忘れずに) | ・前日はお風呂に入り、からだを清潔にしておきましょう。 ・髪の毛を結ぶときは身長計に当たらないように後ろ、上には結ばないようにしてください。 ・メガネを時反かけている人も、忘れずに持ってきてください。視力を検査します。 |
| | 10日(水) | 1・2・3年 | | |
| 聴力検査 | 11日(木) | 3・5年 | | ・耳のそうじをお願いします。 ・髪の毛が耳にかからないように結ぶなどしてください。 |
| | 12日(金) | 1・2年 | | |
| 眼科検診 | 22日(月) | 4年 | ・給食用のバンダナ | ・検診前に給食用のバンダナで髪の毛を覆ってきてください。 |
| 尿検査 | 25日(木) | 全学年 | ・尿の入った容器 | ・検査容器は前日の24日におたよりと一緒に配付します。25日朝一番尿を採って、提出してください。 ・忘れた場合、朝9時までに保健室まで届けてください。 |
| 歯科検診 | 26日(金) | 全学年 | | ・歯がよごれていると正しく検査ができません。朝と給食の後にしっかり歯みがきをしてきてください。 |

しっかり寝よう。朝の生活リズム



〇決まった時間に起きましょう

ゆとりをもって登校する時間を決めましょう。
すっきり目を覚ますには、はやねも大切です。



〇朝ごはんを食べましょう

朝ごはんは心や体のエネルギーになります!!しっかり食べてきましょう。



〇決まった時間にトイレにいきましょう

トイレに行く習慣をつけて体の調子を整えましょう。



保護者のみなさま



「**保健調査票**」の記入をお願いします!

提出期限: 4月12日(金)

本日、2~6年生に保健調査票を配付しました。新しい学年の項目にもれがないように記入し、担任まで提出をお願いします。また、緊急連絡先やお勤め先が変更になった場合は、赤ペンで訂正をお願いします。

※1年生はすでに提出していただいておりますが、内容に変更等があれば、担任・養護教諭へご連絡ください。

ごあいさつ



お子さまのご入学・ご進学おめでとうございます。環境の変化で緊張や不安をかかえている子もいるかと思えます。お子さまの様子で気になることがありましたら、おしらせください。登校前には必ず、ご家庭での健康観察をお願いいたします。

また、学校で体調が悪くなった場合、けがをして病院受診が必要な場合は、安全管理上、保護者の方のお迎えをお願いしております。急な連絡をさせていただく場合がございますが、ご協力をお願いいたします。

額部小学校の校医さんをご紹介します



| | 氏名 | 病院 | 住所 | 電話番号 |
|-------|---------|---------|----------------|--------------|
| 学校医 | 須藤 謙一先生 | 須藤病院 | 富岡市七日市1083 | 0274-63-1461 |
| 学校歯科医 | 大貫 徳夫先生 | 大貫歯科医院 | 甘楽町大字善慶寺1353-2 | 0274-74-6480 |
| 薬剤師 | 浦野 美貴先生 | 七日市富岡薬局 | 富岡市七日市字本田448-1 | 0274-70-2500 |