

4月の保健目標：自分の体を知ろう

入学・進級おめでとうございます。4月になり、新しい学年がスタートし、ワクワクしている人もたくさんいると思います。張り切りすぎて、疲れてしまわないように、自分のペースで新しい学年をスタートさせましょう。今年度も楽しいことがたくさんありますように！



ほけんしつ
保健室の
しょうかい
紹介



ようごきょうゆ
養護教諭です。みなさんが心も体も健やかに過ごせるようお手伝いしていきます！
よろしくお願ひいたします。



こんなときは、保健室に来てください！



★けがをしたとき

てあ
手当てをしますので、
いつ、どこで、どこが、
どうして、どうなったのか
先生に教えてください。



★具合が悪くなったとき

しばらく休めば
よくなりそうなときは
ベッドで様子をみます。



★なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることや
こまっていることがあれば
先生が相談にのります。



★からだや健康について知りたいとき

保健室には、みんなの
役に立つ本や資料など
も置いてあります。



◆◆ 今年度お世話になる 学校医の先生 ◆◆



内科 ○○ ○○ 先生



歯科 ○○ ○○ 先生



耳鼻科 ○○ ○○ 先生



眼科 ○○ ○○ 先生



薬剤師 ○○ ○○ 先生

先生方に気持ちの良いあいさつをしよう！



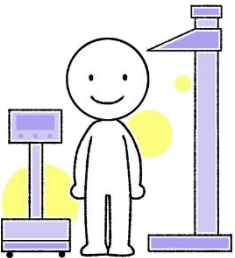
◆◆ **令和5年度 健康診断予定** ◆◆

今年度も健康診断がはじまります。予定などを確認し、正しい方法で検診が受けられるようにしましょう。

日程	検診項目	対象学年	準備・注意事項など
4/12(水)	身体計測(身長、体重)	全学年	・ 体の成長の様子を調べます。 ・ 髪は横や後ろなど低いところで結びましょう。
	視力検査	全学年	・ 目の見える力がどのくらいかを調べます。 ・ 眼鏡をかけている人は、持ってきてください。
	聴力検査	1, 2, 3, 5年	・ 耳の聞こえ方に異常がないかを調べます。
4/17(月)	腎臓検診(尿検査)	全学年	・ 尿を作っている腎臓に異常がないかを調べます。 ・ 容器を14日(金)に配布します。17日朝、忘れずに持ってきてください。
4/20(木)	歯科検診	全学年	・ 歯の状態や口の中に異常がないかを調べます。 ・ 歯みがきをしっかりしましょう。
4/21(金)	耳鼻科検診	全学年	・ 耳や鼻、のどに異常がないかを調べます。
4/26(水)	内科検診	全学年	・ 心臓や肺、骨、栄養状態など、全身の状態を調べます。検診の時は、体格に合った薄手のTシャツを着てください。
5/9(火)	心臓検診	1, 4年	・ 心臓に異常がないかを調べます。
6/2(金)	眼科検診	全学年	・ 眼に異常がないかを調べます。


「いつも通り」じゃもったいない!

知っておこう 健康診断の目的



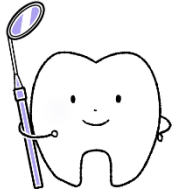
知る

学校で勉強したり、運動したりするときに支障がないか、調べる




学ぶ

自分の健康に関心を持って、健康について学習する



どれくらい成長したかを知ったり、見直す生活習慣はないか考えるなど、健康診断を有効に活用できるといいですね。



* お家の方へ *

年度始めのお忙しい中、問診票等のご記入大変お世話になります。検診に必要な物ですので、必ず期日までに提出いただくようご協力お願いします。また、各検診が終わりましたら、結果を配布します。学校での検診は「スクリーニング」といって、疾病や異常がないかをふるいわけけるためのものです。通知を受けた場合は、早めに専門機関への受診をお願いいたします。