



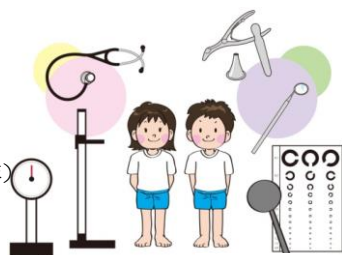
新年度がスタートしました。みなさんが元気に学校生活を送れるように、黒浜小の保健に関する取組や健康情報をほけんだよりにのせ発信していきます。今年度もよろしくおねがいします。

こんげつ ほけんもくひょう じぶん からだ し
今月の保健目標：自分の体のようすを知ろう



4月の健康診断の予定

- 9日(水) 身体測定 (4年・5年・6年)
- 10日(木) 身体測定 (あおぞら・1年・2年・3年)
- 11日(金) 視力検査 (4年・6年)
- 14日(月) 視力・聴力検査 (5年)
- 15日(火) 視力・聴力検査 (3年)
- 16日(水) 視力・聴力検査 (あおぞら・2年)
- 17日(木) 歯科健康診断 (あおぞら・2年・5年)
- 18日(金) 色覚検査 (4年希望者)
- 21日(月) 視力・聴力検査 (1年)
- 24日(木) 心臓検診 (1年)
- 25日(金) 歯科健康診断 (3年・6年)



視力検査
 メガネを持っている人は、視力検査の日は、持たせてください。

もうすぐ健康診断
髪型は健康診断スタイルに



◎お家の方へ

事前に記入して提出していただくものがあります。お忙しいとは思いますが期限までに提出をお願いします。

校医の先生方を紹介します



《学校医》

なごしまさき 名越正樹 先生 (なごしクリニック) やまなか み お 山中巳喜男 先生 (やまなか医院)

《学校歯科医》

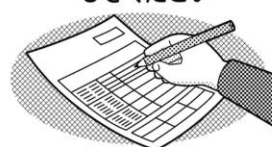
すずきまさおみ 鈴木正臣 先生 (鈴木歯科医院) はやぶさやすあき 早坂康顕先生 (薬樹薬局)

《学校薬剤師》

※ 黒浜小のみなさんの健康診断や検査などで、お世話になる先生方です。

健康診断が始まります

問診票等は期日までに提出してください



体操着類には名前の記入をしてください



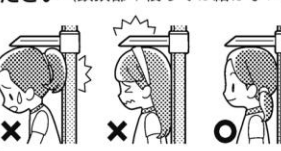
つめは切っておきましょう



清潔にしておきましょう



かみの毛が長い場合は結んでください (頭頂部や後ろでは結ばない)



眼鏡やコンタクトレンズをしている人は持ってきてください



体の育ちぐあいや病気などがどうかを調べます。もし、病気や異常が見つかった時は、学校からお手紙でお知らせします。健康診断の結果は健康カードにてお知らせもします。

おうちの方へ

「いってらっしゃい」の前に
 お子さんの健康観察をお願いします。

- ☐ 熱はありませんか?
- ☐ 顔色は悪くないですか?
- ☐ 食欲はありますか?
- ☐ いつもと違うところはありませんか?



気になる点があれば、小さなことでもお知らせください。

あ
合っているのはどれ?

保健室を使うときのルール

ケガをしたり、体調が悪くなったときや体調不良のときなど、体の健康のためだけの場所ではありません。

に当てはまるのはどれかな?

保健室のルール その1

保健室に行くときは

に
言ってから行こう。

- ① おうちの人
- ② 先生
- ③ 宇宙人



保健室のルール その2

保健室に入るときは

をしよう。

- ① あいさつ
- ② 準備運動
- ③ お願い

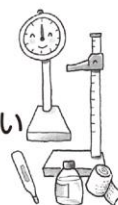


保健室のルール その3

保健室にあるものは

。

- ① 夜になると動き出す
- ② 勝手に触らない
- ③ 全部使い放題



保健室のルール その4

保健室で借りたものは

。

- ① 自分のものにしている
- ② 友だちに貸してあげる
- ③ 使い終わったら返す



こたえ



② 先生

突然いなくなると先生がびっくりするよ。先生がいなくなるときは、友だちに先生に伝えるようにお願いしてから保健室に行こう。

こたえ



① あいさつ

入る前に「こんにちは、失礼します」など、あいさつをしてね。学年や組、名前も伝えられるととってもいいよ。

こたえ



② 勝手に触らない

壊れやすいものや薬などの危険なものもあるよ。使いたいときは保健室の先生に一言伝えてからにしよう。

こたえ



③ 使い終わったら返す

保健室で貸し出す保冷剤や氷のう、湯たんぽなどは学校のものだよ。使い終わったら必ず返してね。

保健室で

も健康に!

保健室はケガをしたときや体調不良のときなど、体の健康のためだけの場所ではありません。

べがつらいとき

大切なハンカチを
なくして悲しい

友だちが引っ越して
さみしい



人とうまく
いかないとき

友だちとケンカして
仲直りできない

お母さんにひどいことを
言ってしまった
家に帰るのが嫌

こんなふうに困っていることや聞きたいことがあるときは、いつでも相談してください。保健室の先生と一緒に、体も心も人間関係も健康な毎日を目指しましょう。