



生比奈小学校保健室

2023年4月18日 No.1



あたら がつねん げんき
新しい学年になって、みなさん元気にスタートを切りました。生比奈小学校3年目、保健室の野筒朋代です。
こんねんど たいお けんこう
今年度も「ほけんだより」を通して、心と体の健康についていろいろなことをお知らせしていきますね。
ねが
どうぞよろしくお願ひします。

令和5年度定期健康診断の日程(予定)

けんさこうもく 検査項目	じっしび 実施日	がく ねん 学 年	がっこういせんせいとう 学校医先生等
ないか けっかく・ うんどうき けんしん 内科(結核・ 運動器)検診	4月20日(木)	4～6年生	かつうらびょういん 勝浦病院 小児科医
	6月8日(木)	1～3年生	
じび かけんしん 耳鼻科検診	5月23日(火)	2・5年生は全員 ほか 各学年は保健調査から抽出	うえたじびいんこうが 上田耳鼻咽喉科 うえたせんせい 上田先生
がん かけんしん 眼科検診	6月1日(木)	1・4年生は全員 ほか 各学年は保健調査から抽出	ふくもとがなか 福本眼科 福本先生
しんでんずけんさ 心電図検査	6月16日(金)	1年生	にほんけんこうくらぶ 日本健康倶楽部
せきちゅうそくわんけんさ 脊柱側彎検査	6月27日(火)	4～6年生該当者	とくだいびょういん 徳大病院 やましたせんせい 山下先生
しか かけんしん 歯科検診	6月29日(木)	ぜんいん 全員	おおいしか 大井歯科 大井先生
にょうけんさ 尿検査1次	5月25日(木)	ぜんいん 全員	びざん ヒザン臨床
にょうけんさ 尿検査2次	6月7日(水)	1次未提出者・再検査者	けんさ 検査センター
持久走前 内科検診	10月19日(木)	4～6年生	かつうらびょういん 勝浦病院 小児科医
	10月26日(木)	1～3年生	

保護者の皆様へ 定期健康診断について

- 日程は、都合により変更することもあります。
- 予診票や検体などの提出物は、期日に間に合うようにお願いします。
- 検査の結果、異常がある場合や精密検査の必要な場合には早急にお知らせします。お知らせを受けられましたら、早めの受診をお願いします。なお、現在受診中やすでに受診が済まれている場合は、その旨をお知らせください。
- プライバシー保護に十分注意し、保健連絡用の封筒を活用します。
- 内容によって、調査票に記入しにくい場合は、直接学級担任までご連絡ください。
- 全ての結果は、夏休み前に一覧にしてお渡しします。

はじめよう **朝** の健康チェック

がっこうせいかつ げんき おく
学校生活を元気に送るヒケツ
じぶん からだ こころ じょうたい き
は、自分の体と心の状態に気を
くば ちい じょう ばや
配り、小さな異常に早めに気づ
けるようにすること。
がっこう い まえ げんこう しゅうかん
学校に行く前の健康チェックを習慣にしまし
よう。

朝の健康チェック

- 眠気は残っていない?
- 食欲はある?
- ウンチはスッキリ出た?
- 体に違和感があるところはない?
- 熱やせき、鼻水はない?
- やる気はわいてくる?

き
気になることがあれば、いつでも保健室に来てくださいね。

つらいときも

ほけんしつ おうきちゅうじょ ち おこな ぼしよ
保健室は応急処置を行う場所ですが、こころがつらいときも
きてください。

じぶん い ぼしよ かん げんしつ せんせい はな
自分の居場所がないと感じたとき、保健室の先生に話しかけてください。

あなたの話をしていねいに聞きます。周りの大人に言えないことも相談してみてください。

保健室はあなたの気持ちを素直に表現してもいいところです。

あなたが笑顔になることが、保健室の先生の望みです。

かんせんしやうたいさく
～感染症対策について～ マスクは外してもかまいません。

- 石けんでしっかり手洗いをして、清けつなハンカチでふきましょう。
- 換気やせきエチケットは続けていきましょう。
- 熱があるときや、体調がわるいときは、むりをせず休みましょう。
- 「早ね・早起き・朝ごはん」を続けて、元気な体作りをしましょう。