

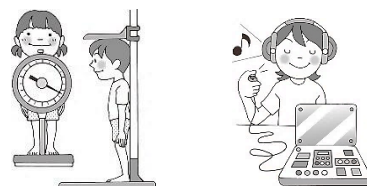
4月のほけんだより

令和5年度 見能林小学校 保健室

入学 進級 おめでとうございます

春の訪れとともに新しい年が始まりました。新しい環境に、わくわく・ドキドキしている人も多いと思います。少しずつ自分のペースで慣れていってくださいね。疲れをためないように、夜は早く寝るようにしましょう。今年も保健室はみなさんの心と体の健康をサポートしていきます。よろしくお祈りします！

4月の健康診断の予定



	身体測定 (身長・体重・視力)	聴力検査	その他
1年生	13日(木)	20日(木)、21日(金)	★身体測定は、半袖・半ズボンの体操服で行います。 ★視力検査の時、メガネやコンタクトレンズを使っている人は忘れずに持ってきてください。(矯正の人は裸眼視力も測ります) ★聴力検査の前日は、耳掃除をしておきましょう。
2年生	17日(月)	19日(水)、21日(金)	
3年生	14日(金)	19日(水)、20日(木)	
4年生	12日(水)	20日(木)、21日(金)	
5年生	12日(水)	21日(金)、24日(月)	
6年生	17日(月)	19日(水)、20日(木)	

身長・体重の測定

順調にバランスよく体が発達しているかを調べます。
 かみの毛を結ぶ時は、頭の上やうしろにこないようにしましょう。



保健室 って どんどころ？

ケガの手当てをします

悩みがある人の話を聞きます

体調が悪いときも来てください

健康に関する質問に答えます

誰でも、いつでも来ていいところです

担任の先生に言ってから来てね

感染症の予防を続けていきましょう！

★朝と夜の検温を忘れずに！

健康観察表は、毎朝担任の先生に提出してください。発熱や体調が悪いときは無理をせず、おうちでゆっくり休みましょう。(現在配付している分で終了の予定です)

★こまめに手洗いをしよう！

特にトイレの後、体育の後、給食の前、掃除の後には石けんをつけて、ていねいに手を洗いましょう。

★窓を開けて換気をしよう！

窓を開けていると、寒いと感じる日もあるかもしれませんが、体調に合わせて衣服の調節をしましょう。



5月8日に新型コロナは5類に移行します。今年度からマスクの着用や食事のしかた等いくつか変わってきます。今後変更がある可能性もあるので、随時チェックしていきましょう。

保護者の方へ

保健関係書類の記入・提出をお願いします。(4月14日締め切り)

- ①定期健康診断事前調査票 ②結核問診票 ③スポーツ振興センター加入同意書(1年のみ)
- を配付しています。ご記入の上、保健連絡袋に入れて提出してください。

6月末にかけて健康診断が続きます。問診表や尿検査などたくさんの提出物がありますが、決められた日までに提出をお願いします。

