

ほけんだより 4月

令和7年4月8日 高原小学校 保健室

ご進級・ご入学おめでとうございます。新しい学校生活が始まりました。みなさんが元気に学校生活をすごすことができるよう、「ほけんだより」を通して保健に関してのおしらせをしていきます。よろしくお願いします！

～正しい検査結果を得るために～

尿検査前日の注意点

✓ 寝る前に必ず
排尿しておく

✓ 激しい運動を
しない

✓ ビタミンCが多く入ったジュースや
サプリメントなどをとらない



尿検査の日程

1回目 4月23日(水)
2回目 5月13日(火)

体格・成長は人それぞれ



比較はNGです

けんこうしんだん について 健康診断の日程

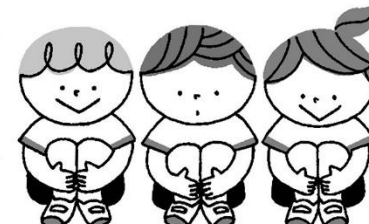
4月14日(月)	4～6年身体測定 (身長・体重・視力)
4月15日(火)	1～3年身体測定 (身長・体重・視力)
4月16日(水)	1・2・3・5年 聴力検査
4月25日(金)	3・4年 内科健診
5月8日(木)	5・6年 内科健診
5月12日(月)	1年 歯科健診
5月13日(火)	全学年 耳鼻科健診
5月21日(水)	1年 心電図検査
5月22日(木)	4～6年 歯科健診
5月26日(月)	2・3年 歯科健診
5月28日(水)	1・2年 内科健診
6月10日(火)	1・4年・希望者 眼科健診

健康診断をうけるときのやくそく

自分のからだや健康の状態を知る大事な機会です。関心をもって積極的にうけましょう



事前のプリントを読み、
当日も先生の説明をしっかりと聞く



自分の順番がくるまで
おしゃべりせず、静かに待つ



自分の順番になったら
校医の先生にきちんと挨拶する



先生に理由を言って、
ことわってから来る



来室理由を養護教諭の
先生に言葉で伝える



すり傷は水道の水で、
自分で洗ってから来る

保健室を利用するときのルールとマナー

保健室はケガや体調不良、健康について学びたい、相談があるときに利用できます



入室するときは「しつれ
います」と挨拶を



室内の器具を使うときは
一声かけてから



休養している人が
いるときは静かにする