

4月のほけんだより

令和4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くお思います。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。よろしくお願ひします！

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(水)	21日(木)	★身体測定は、半袖・半ズボンの体操服で行います。
2年生	13日(水)	21日(木)	
3年生	13日(水)	19日(火)	★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。
4年生	12日(火)	20日(水)	
5年生	12日(火)	1組:22日(金)	★聴力検査の前日は、耳掃除をしておきましょう。
		2組:21日(木)	
6年生	12日(火)	20日(水)	

保健室 って どんなんところ？

- 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。

★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。

マスクの予備を、ランドセルに数枚入れておきましょう。外で遊んでいて落としてしまったり、突然の鼻血で汚れたりしたときに、役に立ちます。また、雨の日にはくつ下の予備も活躍しますよ。

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アレルギーに関する調査(2~6年生)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お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。