



猪調小学校  
保健室 NO.1  
平成30年4月6日

あちらこちらで春の花が色とりどりに咲いています。いよいよ新学期が始まりました。  
新しい先生、新しい勉強、なれるまでは大変ですが、がんばっていきましょう。

4月

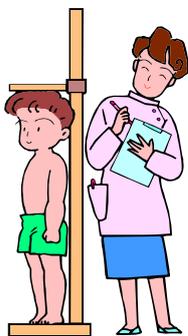
## 健康診断の予定

自分のからだをしっかりチェック!

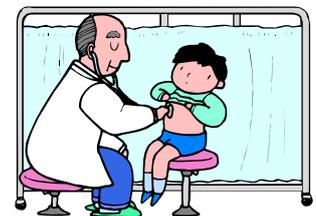
- 11日(水) 体位測定(4・5・6年)
- 13日(金) 体位測定(1・2・3年)
- 16日(月) 視力検査(4・5・6年)
- 17日(火) 尿検査(全学年)
- 18日(水) 聴力検査(3・5年)
- 20日(金) 視力検査(1・2・3年)
- 24日(火) 聴力検査(1・2年)

4月から6月にかけて、いろいろな「けんこうしんだん健康診断」があります。身長や体重などからだの成長具合や、からだの中に病気がないかなどを調べます。この機会に自分のからだの様子をしっかり知りましょう。そして、もっと健康なからだになるためにはどうすればよいかなど自分で考えていきましょう。

提出忘れがないように  
しめきりや検査日をおぼえておいてください。



視力検査  
(眼鏡を忘れずに)



さわがないで、静かに検診を受けましょう。

色覚検査については希望がありましたら測定しますのでお知らせください。

たいそう服の準備も  
しておいてください。

## 保健調査の記入について

保健調査は、健康診断の資料にしたり、子どもたちの健康管理に役立てたりするものです。本日子どもたちに配布いたしましたので、新しい学年のところに子どもさんの様子を記入してください。また、緊急連絡先などの変更がありましたらお知らせください。11日(水)までに担任へお出しください。



朝の体調は、一日の行動を左右します。お子さんの場合、朝から体調が悪いのに、自分では気づかずに過ごしてしまい、途中で疲れて寝込んでしまう・・・ということもあるのではないのでしょうか。

そこでおうちの方には、朝の健康観察をお願いしたいと思います。お忙しいとは思いますが、ぜひよろしく願いいたします。

お願いします。

### 朝の健康観察

・食欲はありますか？ ・早寝早起きはできていますか？

・熱はありませんか？ ・気分は悪くないですか？

自分のからだ よくわかるのは



健康診断では、からだの調子の良くないところや、ようすが違うところがないか、お医者さんに診てもらいます。でも、たよりになるお医者さんと同じ、あるいはそれ以上に、みなさんのからだのことを良くわかっている人が！！実はそれは、みなさん自身です。「な～んだ」と思うかもしれませんが、自分のからだを知って自分で気をつけることが、健康のいちばんの基本なのです。

### 校医の先生の紹介

内科 徳田 圭亮 先生  
潜竜徳田病院  
歯科 川上美奈子 先生  
川上歯科医院  
薬剤師 日置浩一郎 先生  
北松中央病院



欠席や遅刻する場合は、早めに学校に連絡してください。

(登校班のメンバーにもお知らせください。)