

ほけんだより

高時小学校 保健室
2021年4月9日

春の訪れとともに、新年度がはじまりました。
今年度も、元気いっぱい、笑顔いっぱい、からだ
もこころも健康にすごせるといいですね♪



けんこうしんだん 健康診断がはじまります!!

健康診断は、みなさんが健康な生活をおくるために、みなさんのからだの成長のようす
や、からだに病気や異常がないかを調べるものです。自分のからだ元気かどうか、治さ
なければならぬところはないか、しっかりみてもらいましょう。

4 月の保健行事



| | ひ ようび 日・曜日 | たいしょうがくねん 対象学年 | ちゅういじこう 注意事項 |
|-----------------------|------------------|-------------------|--|
| はついくそくてい 発育測定 | 12日(月) | ぜんこうじどう 全校児童 | 身長・体重をはかります。お風呂に 入り、体をきれいにしておきましょう。 |
| ちょうりよくけんさ 聴力検査 | 13日(火) | 1.2.3.5年 ねん | 検査の前日には、耳のそうじをして おきましょう。 |
| しりよくけんさ 視力検査 | 14日(水) 15日(木) | ぜんこうじどう 全校児童 | 授業中にめがねをかけている人は、 めがねを持ってきましょう。 |
| しかけんしん 歯科健診 | 22日(木) 9:00~ | ぜんこうじどう 全校児童 | 検査の前には、しっかり歯みがきをしてお きましょう。 |
| にょうけんさ 尿検査 (一次) | 27日(火) 28日(水) | ぜんこうじどう 全校児童 | 後日別紙でお知らせします。 |

お世話になる校医の先生を紹介します

- ◇学校医：荻野 賢二先生 (荻野医院)
- ◇学校歯科医：澤渡新太郎先生 (澤渡 歯科医院)
- ◇学校薬剤師：木村 昌義先生

健康診断でお世話になります。学
校医の先生にご相談されたいこ
とがありましたら、お気軽にご
連絡ください。



あたら かくねん げんき
新しい学年も 元気いっぱいですごせるように…♪

せいかつ
リズムのある生活をしましょう

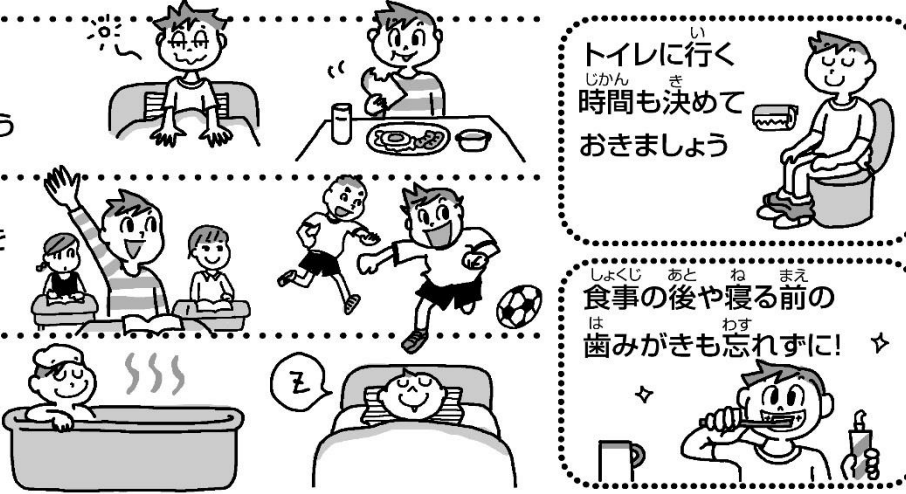
朝 決まった時間に起きて 朝ごはんを食べましょう

昼 楽しく勉強し、からだを動かして遊びましょう

夜 お風呂に入って 早めに寝ましょう

トイレに行く時間も決めておきましょう

食事の後や寝る前は 歯みがきも忘れずに!



しんがた かんせんしょうたいさく
新型コロナウイルス感染症対策について

まいあさ どうこうまえ ねつ はか
★毎朝、登校前に熱を測る

けんこうかんさつ わた まいあさ じぶん たいおん けんこうじょうたい いえ ひと いっしょ かくにん
健康観察カードを渡します。毎朝、自分の体温と健康状態を家の人と一緒に確認し
てください。健康観察カードは学校でも確認するので、登校する日は必ず持ってきて
ください。

てあらい うがいを こまめに する (手洗いは、基本的に流水と石けんでOK)

かなら
～必ずしてほしいタイミングは～

そと きょうしつ はい どうこうじ たいいく やす じかん あと
外から教室へ入るとき (登校時や体育、休み時間のあと)、トイレの後、
給食の前、下校前

て かなら まいにちせいけつ
※手をふくタオルやハンカチの貸し借りはしてはいけません。必ず毎日清潔なハン
カチや、ハンドタオルを持ってきてください。

<おうちのかたへ> お願い

「いってきま～す」「いってらっしゃ～い」と、お子さんを送り出す前に、今朝のお子さんの様子はどうか？顔色は？朝食は残さず食べたでしょうか？だるそうではないですか？声に元気はありますか？など注意していただきたいと思います。新学期のこの時期は、新しい環境の中で子どもたちも大変疲れやすくなっています。朝の忙しい時間ではありますが、ぜひともお子さんの健康観察をお願いします。毎日元気な顔で学校に来てほしいと思います。また、病気等で内服薬などをお子さんに持たされる場合は、学級担任まで連絡帳等でお知らせください。お子さんにも服用時間等をご指導ください。よろしくお願いいたします。