

ほけんだより

令和7年4月発行

入学・進級おめでとう!!



新入生、在校生のみなさん、入学、進級おめでとう
ございます! 保健室の先生のです。今年も、
みなさんが健康に、安全に学校生活を送ることが

できるようにがんばっています。けがをしたとき、体調がい

悪くなったとき、悩みや不安があるときなど、いつでも
保健室に来てください! みなさんが楽しく南小で過ごす
ことを願っています。

健康診断

新しいクラスになったばかりですが、い
ささく健康診断があります。みなさん
は、健康診断の目的を知っていま
すか? 実はみなさんが学校生活を
健康に過ごせるようにすることが、
目的です。体調不良などがあると
思いいますが、全ての健康診断を受け
られるようにしましょう!

春の健康診断内容

- ・発育(身長・体重)
- ・内科
- ・歯科
- ・耳鼻科
- ・眼科
- ・視力
- ・聴力(1, 2, 3, 5年)
- ・心臓(1, 4年)
- ・色覚(4年希望者)
- ・脊柱側弯症(4年)

先生の説明
をよく聞こう!

4月の健診日程

- 11日(金) 発育測定、視力、聴力
(にじいろ)
- 14日(月) 発育測定(3, 4年)
- 15日(火) 発育測定(5, 6年)
- 16日(水) 発育測定(1, 2年)
尿検査1次(全学年)
- 17日(木) 聴力検査(3, 5年)
- 18日(金) 心臓検診(1, 4年)
- 24日(木) 耳鼻科検診(全学年)
- 28日(月) 聴力検査(1, 2年)

5月、6月も健康診断は
続きます。正しく測定や
検査ができるよう、日頃から
体調を整えましょう!

保健室の使い方

**先生に
言ってから**
保健室に来るときは
必ず担任の先生に
言ってから来ましょう。
勝手に来るのはXです。

**静かに
通ります**
保健室には体調
が悪い、寝ている人
もいます。さわがず、
静かに通しましょう。

**症状を
伝える**
どこを、どんなふう
に、けがしたのか、いつから
体調が悪いかなど
しっかりと伝えましょう。

**冷
保冷剤
は返す**
痛いところを冷やす
ときなど、にかりた
保冷剤は必ず
保健室に返しましょう。

早寝

脳や体を
休めることができる
成長ホルモンの
たくさん分泌される
夜遅くまでゲームやスマホ、タブレット
をしていませんか...?

早起き

生活リズムを
整えることができる
いをおたやが
にすることができ

休日や予定がない日に、
いつまでも寝ていませんか...?

おうちの方へ

保護者のみなさま今年度もよろしくお願いいたします

- 保健関係の文書について、記入・提出が必要なものが
ございます。記入もれなど確認していただき期限までに
ご提出ください。
- 男児の内科検診や心臓検診などで養護教諭が
補助をする場合がございます。ご理解いただきますよう
お願いいたします。
- 健康診断の結果をもとに「受診のすすめ」が記載された
ご家庭は、早めに病院を受診していただくようお願いいたし
ます。