

# ほけんだより



南郷小学校室  
保健室  
No.1 2022年4月6日

## 入学・進級、おめでとうございます

入学・進級、おめでとうございます。南郷小学校で2年目を迎えました齋藤美奈（さいとうみな）です。保健室から子ども達の心と体の健康やかな成長を精一杯サポートしていきたいと思  
います。どうぞよろしくお願ひします。

## 保健室はこんなところです

保健室は、皆さんの元氣をお手伝いするところとからだの教室です。1年生から6年生まで、いろいろな人が利用します。みんなが困ったときに、安心して使えるように、保健室は、決まりを守って利用するようにしてください。

## 4月の保健目標

- 生活のリズムを身につけよう  
(早寝・早起き・朝ごはん)



## 保健室

って どんどころ？

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

## みんなで守ろう 保健室の約束

### 保健室に来る前に

- 先生に伝える
- ケガをしたところは水で洗う
- 付き添いは少人数で



### 保健室に来たら

- あいさつをして入る
- 保健室前や中では静かに
- 室内のものを勝手にさわらない



## ぴんき★クイズ

\\ これなんだ？ //

あいうおお



ヒント みんなが〇〇〇で過ごせますように…



# 健康診断

## こんなことを調べます



身長  
体重

### 身体測定

去年と比べてどれくらい大きくなったかな？  
太りすぎや痩せすぎではないかな？

歯

### 歯科健診

歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？  
むし歯や歯肉炎などはないかな？

目

### 眼科検診、視力検査

見えづらくなっていないかな？  
目の病気はないかな？



心臓  
肺

### 内科検診

からだの中の病気はないかな？

耳・鼻

### 耳鼻科検診、聴力検査

聞こえづらくなっていないかな？  
病気の疑いはないかな？

!

内科検診では、ほかに  
目やのどの様子、皮ふの  
病気がないか、栄養状態  
なども診ています



おしっこ

### 検尿

おしっこに病気のサインが  
隠れていないかな？

!

朝いちばんの  
おしっこを  
とってください！

骨  
関節

### 運動器検診

動きの悪いところや痛みはないかな？  
背骨や肩のゆがみはないかな？

## 保護者の方へ

- 4/7(木)~4/11(月)は、発育測定のため、半袖・半ズボンになります。右の日程をご確認いただき、当日は、ジャージの中に半袖・半ズボンを着用して登校させるようお願いいたします。また、眼鏡を使用している児童は、当日眼鏡を持参させてください。
- 今年度も引き続き、健康チェックカードによる体調確認を行います。ご協力をお願いします。

がつけんこうしんだん

## 4月健康診断スケジュール

- 4/7 (木) 発育測定・視力検査 (5・6年)  
聴力検査 (5年)
- 4/8 (金) 発育測定・視力検査 (3・4年)  
聴力検査 (3年)
- 4/11 (月) 発育測定・視力検査  
聴力検査 (1・2年)