

保健だより 4月

半原小学校保健室 H30年4月5日発行

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しいクラス、先生、教室など、なれない環境にドキドキしているのではないのでしょうか。保健室では、みなさんが元気に学校生活を送ることができるように応援していきますね。

保健室の伏見先生、今年度もよろしくおながいします！

みなさんの成長と健康を守るお手伝いをします。1年間よろしく願いいたします。



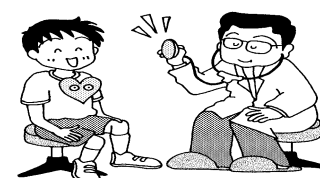
今年度お世話になります、**学校医の先生**

学 校 医	石井 紀行 先生	281-2105
学校歯科医	青木 一章 先生	286-4182
学校眼科医	鈴木 りりこ 先生	221-2369
学校耳鼻科医	相原 均 先生	285-7701
学校薬剤師	田端 康 先生	

みんなのほけんしつ だから… こんふうに利用してね！

けがのあし ぐあいのわるいときに	自分のからだについて 知りたいときに	なにかなやんでいるときに
できる先生にこたわって	おている人がいるかも… しずかにはいって	ほけんしつにあるものを 使うときは 声をかけて

健康診断が始まります 4月の予定



月	火	水	木	金
			4/5	6
9 ・身体測定 (1・2・3年)	10 ・身体計測 (4・5・6年)	11 ・視力再検査 (該当者) ・尿検査一次 (全学年)	12 ・内科検診 (4・5・6年)	13 ・内科検診 (1・2・3年)
16	17	18	19 ・歯科検診 (全学年)	20
23	24 ・尿検査二次 (該当者)	25 ・聴力検査 (1・2・3・5年)	26	27
	5/8 心臓検診 (1年・前年度未受 診者)			

◆提出していただきたい物◆ (詳しい内容は後日プリントを配付いたします)

◎保健調査票〈全学年〉…5日(木)に配付します。9日(月)までに提出して下さい。
※運動器や結核についての項目もありますので、よくお読みいただいて
学年の欄にご記入をお願いします。

◎尿検査〈全学年〉…10日(火)に容器を配付します。11日(水)に忘れず提出してください。
◎心臓検診問診票〈1年生〉…16日(月)に配付します。24日(火)までに提出してください。

朝ご飯をとらないと…

朝ご飯は頭と体を目覚めさせ、1日の活動に向けて体調を整えるために欠かせないものです。たとえば前日の夕食をとったきりで朝ご飯を抜いてしまうと、お昼まで16～17時間も食事していないため、脳にエネルギーが行き届かず、集中力も低下してきます。朝は、まず朝ご飯をきちんととって、快調なスタートを切りたいですね。

