

保健だより 4月

半原小学校保健室 2019年4月5日発行

ご入学、ご進級おめでとございます。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。

保健室の伏見先生です！今年度もよろしくおねがいします♡

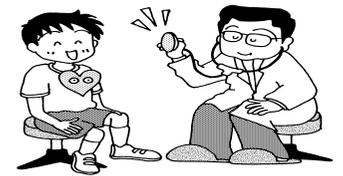
みなさんの成長と健康を守るお手伝いをします。1年間よろしくおねがいいたします。



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
- 学校歯科医 青木 一章 先生
- 学校眼科医 鈴木 りりこ 先生
- 学校耳鼻科医 相原 均 先生
- 学校薬剤師 田端 康 先生

健康診断が始まります 4月の予定



月	火	水	木	金
				4/5
8	9 ・身体測定 (1・2・3年)	10 ・尿検査一次 (全学年)	11 ・歯科検診 (全学年)	12
15	16 ・身体計測 (4・5・6年)	17 ・聴力検査 (2・3・5年)	18 ・聴力検査 (1年)	19
22	23	24 ・尿検査二次 (該当者)	25	26 ・視力再検査 (1~4年該当者)
		5/8 ・視力再検査 (5・6年該当者)		

みんなのほけんしつ だから... こんなふうにご利用してね!

<p>けがのあし ぐあいのわるいときに</p>	<p>自分のからだについて 知りたいときに</p>	<p>なにかやんでいるときに</p>
<p>できる先生にことわって だけ</p>	<p>おしゃべりしている人がいるかも... しずかにはいって</p>	<p>ほけんしつにあるものを 使うときは 声をかけて</p>

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(金)に配付します。9日(火)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。裏に記入例を載せておきますので、右側結核の問5には必ずご記入ください。
- ◎尿検査〈全学年〉…9日(火)に容器を配付します。10日(水)に忘れず提出してください。
- ◎心臓検診問診票〈1年生〉…15日(月)に配付します。23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。

