ZEOSITATION OF CONTRACTOR OF C

宇都宮市立富士見小学校 令和4年度 4月号

おうちの人と一緒に読みましょう

がつ ほけんもくひょう **4月の保健目**標 thacapuate 健康診断をすすんでうけよう

さて、4月から健康診断が始まります。自分の体を知り、けがや病気に気をつけて健康に 過ごしましょう。

く健康診断の日程>

21日(木) 身体計測・視力検査 4年

26日(火) // 2年

27日(水) 11 1年

28日(木) 耳鼻科検診(田代先生) 4・5・6年

(3・5・6年生は実施しました)

日程をよく確認して



欠 にしましょう!

く身体計測> を すの高さか体の重さを は 調べます。

く視力検査> |がどれくらい見えるのた

ります。 当がどれくらい見えるのか を調べます。

 く耳鼻科検診>

 鼻・茸・のどに病気がないかを調べます。



(内科) がたなべ しげま せんせい 波邊 茂男 先生 いるみ せんせい 裕美 先生 出田 裕美 先生

<歯科> 大垣 霧笛 先生

かりしま あきら せんせい 川嶋 明 先生



く耳鼻科> 田代 昌継 先生

やくざいし さかもと さとみ せんせい 〈薬剤師〉 坂本 里美 先生

1年間, どうぞよろしくお願いします。

保健室ってどんなところ?

保健室は,「いつでも」「だれでも」利用できるところです。



けがをしたとき



具合が悪いとき



悩みや相談があるとき



がらだ けんこう 体 や健康について知りたいとき

ほけんしつ りょう 保健室を利用するときのルール

- ① 保健室に行くときは、必ず担任の先生に話してきましょう。
- ②保健室に入る・出るときは、あいさつをしましょう。
- ③ なるべく休み時間に来るようにしましょう。



、!/▼▼▼ 、\!// その症状、体調不良のサインかも!? 、\!// ▼▼▼ \/_

朝の健康チェック

顔・表情

顔色が悪い、ぼんやりしている

こんなところを 見てあげてください。

鼻

鼻水・鼻づまりがある

のど

赤くなっている、咳が出る

皮ふ

腫れている、ジュクジュクしている

尿・便

回数が多い、においや色が違う

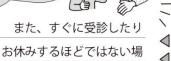
食欲

普段より食べる量が少ない、吐く

睡眠

夜中に何度も起きる、目覚めが悪い

当てはまる ものがあれば、 体調不良のサイン かもしれません



1

4

4

合も、気になることがあれ

ば知らせてくださいね。

保護者の方へ ------

D

ご入学、ご進級、おめでとうございます。ほけんだよりでは、保健行事や健康教育に関すること をお伝えしていきます。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。

さて、登校後の早退について、改めてお知らせいたします。

本校では, 児童が学校に登校後, 頭痛や悪心などの体調不良を訴えて保健室へ来室した場合, 体 温に限らず,早退をする形をとっています。その際には,<u>兄弟も一緒に早退</u>をしますので,ご協力 をお願いいたします。