

SUKU² ほけんだより



ほけんもくひょう
保健目標
じぶんからだ
自分の体を知ろう

きよはらきたしょう こうてい いろあざやかなはなが咲く中、あらたなスタートの季節となりました。
ほけんだよりでは、ほけんぎょうじのお知らせや学校での保健に関する情報のほかに、こころからだけんこうについて大切なことを伝えていきます。ぜひ、おうちの方と一緒に読んでいただきたい
と思います。今年度は、「クラスルーム」を作り、タブレットでも保健だよりを読めるようにしていきたいと思
います。みなさんの役に立ち、楽しく学んでもらえるおたよりにしていきます。



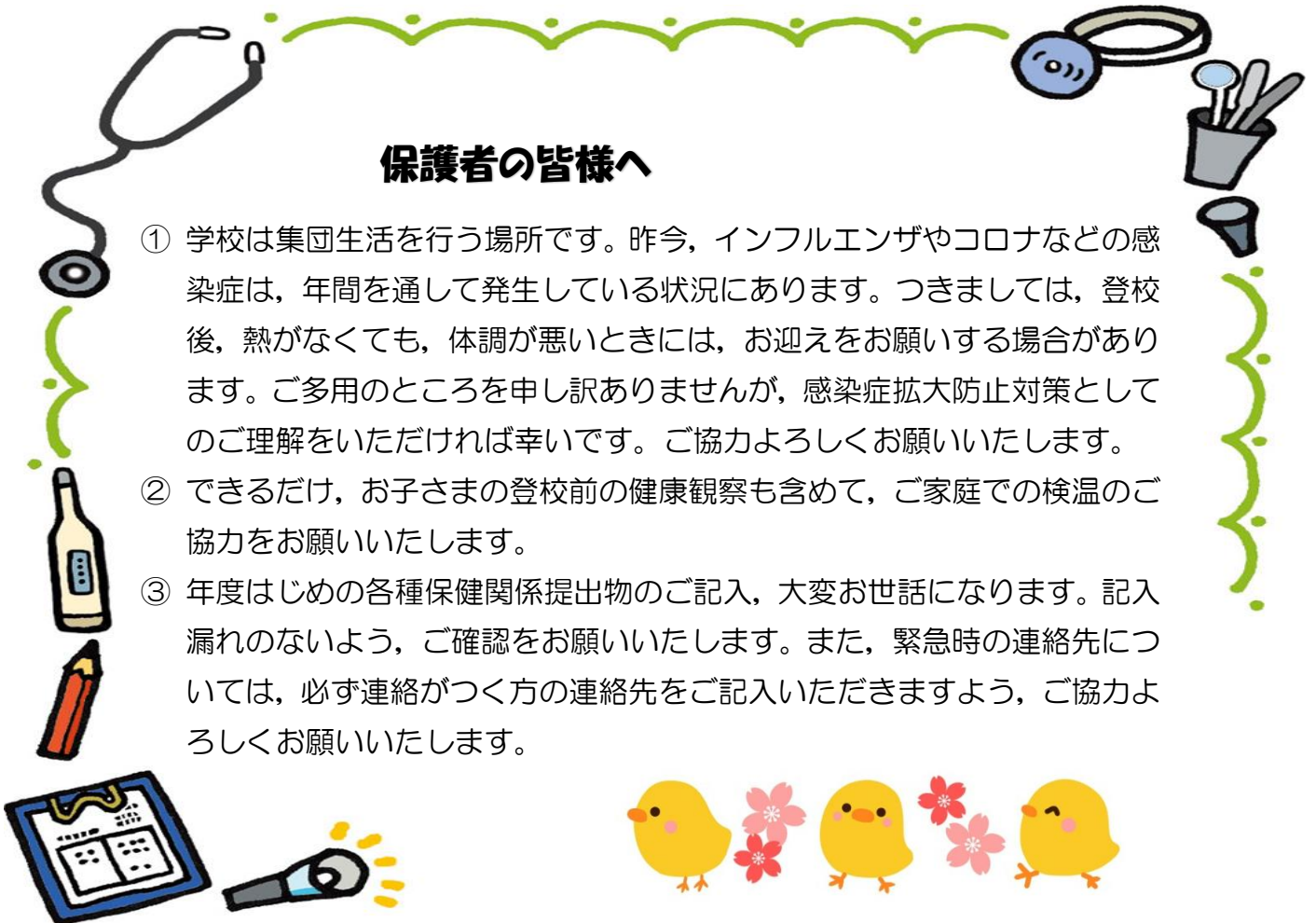
どうぞよろしくおねがいいたします

ほけんしつ きむら なおみ きよはらきたしょう けんこう あんぜん たの がっこうせいかつ
保健室の木村 直美です。清原北小のみなさんが健康で安全に楽しく学校生活
を送れるよう、お手伝いをしていきたいと思
います。今年度も引き続き、どうぞよろ
しくお願
いいたします。



保護者の皆様へ

- ① 学校は集団生活を行う場所です。昨今、インフルエンザやコロナなどの感染症は、年間を通して発生している状況にあります。つきましては、登校後、熱がなくても、体調が悪いときには、お迎えをお願いする場合があります。ご多用のところを申し訳ありませんが、感染症拡大防止対策としてのご理解をいただければ幸いです。ご協力よろしくお願
いいたします。
- ② できるだけ、お子さまの登校前の健康観察も含めて、ご家庭での検温のご協力をお願
いいたします。
- ③ 年度はじめの各種保健関係提出物のご記入、大変お世話になります。記入漏れのないよう、ご確認をお願
いいたします。また、緊急時の連絡先については、必ず連絡がつく方の連絡先をご記入いただきますよう、ご協力よろしくお願
いいたします。



健康診断がはじまります

定期健康診断

4月13日(月)	身体計測 (全年学)	身長・体重・視力検査
5月1日(金)	内科検診 (全年学)	13:30 【学校医 平野 良郎先生】
14日(木)	耳鼻科検診 (全年学)	9:00 【学校医 加治 恵子先生】
6月4日(木)	心臓検診 (1・4年)	9:30
8日(月)	歯科検診 (全年学)	9:30 【学校歯科医 星野 恵佑先生】
11日(木)	眼科検診 (全年学)	9:00 【学校医 早津 宏夫先生】
	※尿検査 (全年学)	実施日が決まりましたら、お知らせします。

※その他の健康診断

夏休み明け身体計測
冬休み明け身体計測
色覚検査(4年)

8月31日(月)～9月1日(火)
1月12日(火)～1月14日(木)
10月頃



●内科検診●

胸部の聴診とのと、脊柱のゆがみなどを確認します。髪が長い場合は、低い位置で結んでおくとき、測る際にスムーズです。

●歯科検診●

前日と朝の歯みがきを十分にやり、登校してください。矯正の装置(取り外せるタイプ)を使っている人は、装置を入れるケースを持ってきてください。

●眼科検診●

メガネをかけている場合は外して検査を行います。ケースなどが必要な場合はお持ちください。また、前髪など目にかかる場合はピン止めなどをして検査を受けましょう。

●耳鼻科検診●

耳・鼻・のどを確認します。前日までに耳垢が残っていないかなど、確認して検診にのぞみましょう。耳垢は病気ではありませんが、例年耳鼻科検診で見つかることがとても多いです。

各健康診断で異常等がみられた場合は、速やかに医療機関を受診し医師の指導を受けましょう。また、現在治療中で主治医からの申し送りなどがありましたら、学校までお知らせください。学校生活を元気に健康にするためにも、よろしく願いいたします。

1年生のみなさんへ ※おうちのかたとよんでね

【清北小 健康教育「スクスク」について】

清原北小学校では体育・保健・栄養が協力し、「スクスク」という時間を設けています。本校の健康課題に合わせた内容で、長期休業前や学級活動の時間・ロング昼休みなどに実施しています。昨年度は、朝食や睡眠の大切さについてや、野菜のクイズ、体力テストの結果についてなどのお話をしました。また、「みや!元気っ体操」という宇都宮市の歌の体操バージョンを、みんなで楽しく行い、体を動かすことも行いました。「スクスク」があった日には、どんなことを勉強したのか、ぜひご家族みなさんと話してもらえたらと思います。

