



宇都宮市立横川東小学校
令和3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
じぶん からだ し
自分の体を知ろう



にゅうがく しんきゅう
ご入学・ご進級、おめでとうございます。しんねんど
新年度がスタートしました。めいご かんきょう な
新しい環境で慣れるまで
たいへん おも
大変なこともあると思いますが、じぶん すこ
自分のペースで少しずつがんばっていきましょう。

さて、がつ がつ
4月から6月にかけてけんこうしんだん
健康診断があります。じぶん けんこうじょうたい し
自分の健康状態を知り、けがや病気 びょうき き
に気をつけて
ねんかんけんこう せいかつ
1年間健康に生活できるようにしましょう。

けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります！

< 4月の予定 >

14日(木)	はついくそくてい しりよく ちょうりよくけんさ 発育測定、視力・聴力検査	5年、6年
15日(金)	はついくそくてい しりよく ちょうりよくけんさ 発育測定、視力・聴力検査	3年、4年
18日(月)	はついくそくてい しりよく ちょうりよくけんさ 発育測定、視力・聴力検査	1年、2年
19日(火)	はついくそくてい しりよく ちょうりよくけんさ 発育測定、視力・聴力検査	なかよし
21日(木)	し か けんしん 歯科検診	2年、4-1・2
22日(金)	し か けんしん 歯科検診	4-3・4、6年

ねんせい ねんせい
※4年生・6年生は、
ちょうりよくけんさ しっし
聴力検査は実施しません。

けんこうしんだん
※学校の健康診断は、あくまでけんさとうじつ じょうたい けんさ
検査当日の状態を検査します。しつぺい うたが ばあい ごしつ
疾病の疑いがあった場合は後日お
し
知らせしますので、せんもんい ぐわ けんさ す
専門医での詳しい検査をお勧めします。

< 発育測定 >

せ たか からだ おも しら
背の高さや体の重さを調べます。

< 視力検査 >

しりよくけんさ
Cという形を使って自がどれくらい
み
見えるのかを調べます。

< 歯科検診 >

ば は しょうたい
むし歯があるか、歯ぐきの状態がどうか
しら
を調べます。

< 聴力検査 >

ちょうりよくけんさ
きかい つか おと き
機械を使って音がよく聞こえているか
しら
を調べます。

< 健康診断を受ける前に確認すること >

- たいいく ぎ あたら がくねん なまえ か
・体育着に、新しい学年・クラス・名前が書いてあるかを確認してください
- あたま うえ まうし かみ け むす
・頭の上や真後ろで、髪の毛を結ばないようにしてください
- めがね ひと わす も
・めがねをしている人は、忘れずに持ってきてください



ほけんしつ
保健室ってどんなところ？

「いつでも」「誰でも」利用できるところです。



けがをしたとき



具合が悪いとき



からだや健康について
知りたいとき



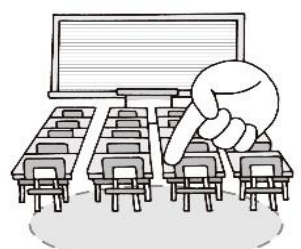
悩みや相談があるとき

らいしつ おし
来室したときに教えてほしいこと

けがや病気の対応をするのに必要なことです。



いつ



どこで



なに
何をしていて



だれ
誰がどうなった

ほけんしつ りよう
保健室を利用するときのルール

- 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
- 保健室に入るときと出るときは、あいさつをしましょう
- 保健室の中では、静かにしましょう
- 保健室のものをを使うときは、先生に断ってからにしましょう
- なるべく休み時間に来るようにしましょう

ルールを守って
利用してくださいね



朝にチェック!

元気の あいいうえあ

あ さ、スッキリ起きられた？

い たいところはないかな？

う んちは出た？

え がおバッチリ？

お いしくごはんを食べられた？



学校でケガをしたときは
災害共済給付制度
を利用できます



総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払いが1,500円）以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。