

ほけんだより

行田市立太田小学校保健室 令和6年4月8日



暖かあたで優しい春はるの空気くうきを感じる中かん、新年度しんねんどがスタートしました。あたらがくねんあたらせんせい新しい学年や新しい先生との出会いまじいに期待がたかまりますね。春は気温きはの寒暖差かんなんさも大きく、体調たいちようを崩しやすくすい時期じきです。早寝はやね・早起はやあき・朝ごはんをしっかりとって心も体も元気に、笑顔えがおで過ごしましょすこう。

「ほけんだより」は、保健関係ほけんかんけいの行事ぎぎや病気の予防びやうぼう、からだからだと健康けんこうについてのお知らせしです。うちの人ひとと一緒に読みましょいっしょう。

今月の保健目標

自分の体を知ろう ~健康診断をじょうずに受けよう~

なぜ毎年いろいろな健康診断をうけるの？



①自分のからだを知るため

…どれくらい成長したか、病気は
ないか確認しましょかかう。

②自分の健康を守るため

…検査や治療が必要だったら
早めに病院に行きましょばいん。

③健康なからだを育てるため

…より健康に元気に過ごすにはどうしたら
良いか考えるきっかけにしましょかんう。



結果のお知らせを
うけたら

「検診結果のお知らせ」で、各健康診断の結果、病気や異常の疑いがあった場合、治療や詳しい検査が必要な場合がありますので、医療機関を受診していただくようお願いいたします。受診の際は配付した「お知らせ」をご持参ください。



☆けがをしたときや、からだの具合がわるいとき

☆悩みや心配なことがあるとき

お話をするとおもやした気持ちが少しすっきりするかもしれません。

☆からだについて知りたいとき

先生に聞いても良いし、からだについての本もあるので、ぜひ調べにきてください。



養護教諭 漆原みゆき です

太田小学校のみなさんが健康で元気に、楽しい学校生活を送ることができるよう、保健室からサポートしていきます。どうぞよろしくお願ひします。



生活リズムを大切に

人間はからだの中に時計をもっていますが、その時間は24時間ちょうどではない人が多いので、規則正しい生活をするこきそくただうことで、そのズレが直ります。毎日、元気にすごすために、心がけたいポイントを紹介しましょしやうかいます。

☆朝から元気に

- ①朝起きたら、カーテンを開けて朝日を浴びる
- ②朝ごはんを食べる



☆夜、気持ちよく眠るために

- ①お風呂に入る
- ②寝る前にテレビなどを見ない



がっこうい せんせい しょうかい

学校医の先生を紹介します

こんねんど せわ
今年度お世話になる
がっこうい せんせい
学校医の先生方
で
す。よろしくお願
い
します。



がっ けんこう しんたん よてい

4月の健康診断予定

ない 内科	か 科	ねもと 根本	かすおせんせい 和雄先生	ねもといいん (根本医院)
し 歯科	か 科	ごとう 後藤	らみよしせんせい 文良先生	まばし しかい (馬橋歯科医院)
がん 眼科	か 科	ほりの 堀野	たけし 武先生	ほりの (ほりの眼科医院)
じ び 耳鼻科	か 科	ほそぬま 細沼	ひでおせんせい 秀生先生	ほそぬま (細沼医院)
やくざい 薬剤師	し 師	えぶくろ 江袋	らみのりせんせい 文紀先生	(さくらヶ丘調剤薬局)

じっしび 実施日	けんさこうもく 検査項目	たいしょうがくねん 対象学年
4月10日(水)	はついくそくてい 発育測定	全学年
11日(木)	しりょくけんさ 視力検査	全学年
12日(金)	ちやうりょくけんさ 聴力検査	1・2・3・4年生
15日(月)		5・6年生
22日(月)	しきかくけんさ 色覚検査	4年生
24日(水)	しんでんすけんさ 心電図検査	1年生
25日(木)	にょうけんさ 尿検査	全学年 忘れた人は5月9日(木) *4月26日(金)は、回収しません
18日(木)	しかけんしん 歯科健診	さくら・こすもす・1・2・5年生
5月9日(木)		3・4・6年生



保護者の方へ

保健関係の書類について

本日、以下の書類を配布しました。健康診断等で使用する大切な書類です。

- ・保健調査票
- ・結核に関する問診票
- ・運動器検査保健調査票
- ・アレルギー疾患に関する調査について
- ・心電図カルテ(1年生のみ)
- ・耳鼻科健診について(2・5年生のみ)
- ・眼科健康相談(色覚検査)について(4年生)

★全てご記入の上、保健用封筒(茶色)に入れてご提出ください。
お忙しい中ですが、よろしくお願いいたします。

保健関係の書類は

4月11日(木)
までに提出してく
ださい

