

保健だより



平成29年4月
大宜味小学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。かわいい1年生をむかえ、にぎやかに新年度が始まりました。
保健室では、みなさんが元気にすごせるよう心と体を守るお手伝いをします。



みんなの健康状態や成長を知るためにとても大切な検査・検診です。

これを機会に自分の体についてきちんと理解し、毎日健康な生活が送れるよう心がけましょう。

～4月の保健行事～

日にち	場所	内容
4月11日(火) ～ 4月13日(木)	保健室	身体測定 11日(火) … 3校時(5年生) ・ 4校時(6年生) 12日(水) … 2校時(1年生) ・ 3校時(2年生) ・ 4校時(3年生) 13日(木) … 1校時(4年生)
4月20日(木) ～ 4月21日(金)	保健室	尿検査 … 全学年 ぎょう虫検査 … 1～3年生(今年度まで実施致しますのでご了承ください)
4月26日(水)	保健室	歯科検診 … 全学年

※身体測定の
日は体育着を
忘れずに持って
きてください。

提出期間は
2日間です。

健康診断ってどんなことをするの?何のためにするの??



☆身体測定…身長・体重・測り、発育、栄養、健康状態を知る目安となります。

☆尿検査…おしっこをつくる腎臓のはたらきに異常がないか調べます。

☆ぎょう虫検査…ぎょう虫がいないかセロファンを使って採取し調べます。

☆歯科検診…むし歯があるか、歯ぐきははれていなか、歯並びやかみ合わせは大丈夫か調べます。

みんなのほけんじ

ケガのてあひのわるいときには	自分のからだについて 知りたいときに	なにかなやんでいるときに
先生にことわって	かの人がいるかも… しづかにはいって	ほけんしつにあるものを 使うときは声をかけ

裏面もあります♪

☆身体測定を正しく受けましょう☆

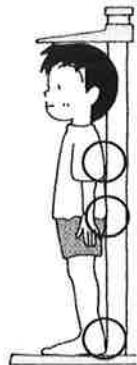
始業式・入学式が終わるとすぐに身体測定が始まります。次のことについて気をつけて正しく受けましょう。

・名前を呼ばれたらはっきりと返事をしましょう。
(元気のいい返事は気持ちがいいですね。)

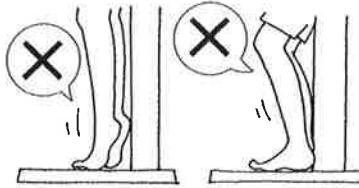


身長

・かたの力をぬいて、うではまっすぐにします。



よがせ
うきな
にちか
しん・
まとお
す。柱し
にりく・
つか
つか
くと



・せのびをしたりひざをまげてはいけません。



・かみの毛を結ぶときは、頭の上やうしろにこないよう
にしましょう。
身長をはかるときに正しくはかれません。

体重

・体重計はしづかにのりましょう。
・体重計の上であはれてはいけません。



歯科検診

・「お願いします」「ありがとうございました」とあいさつをしましょう
・歯や歯ぐきなど口の健康状態や、あごの状態も調べます。
・歯科の先生が口の中を見てくれます。先生の言うことをよく聞きましょう。

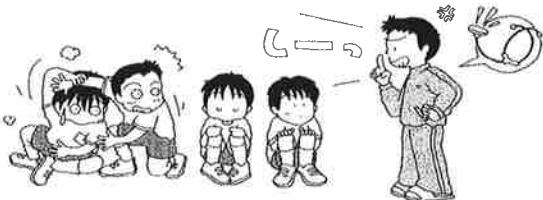


待っている間

他の人が測定している間や終わった後は静かににましょう。

大切な数値や検査の内容が聞こえなくなります。

どんな検査でも静かに待ちましょう。



保護者の方へ

新学期が始まり、環境の変化や緊張などで体調を崩すことがあります。

元気に学校生活を送れるよう、普段と変わりがないか家庭での健康観察をお願いします。

毎日のチェック項目

- 睡眠は十分にとっていますか？
- 朝ご飯はしっかりと食べていましたか？
- 排便はありましたか？（下痢や便秘をしていませんか？）
- 顔色はいいですか？
- 元気はありますか？（表情は明るいですか？）



家庭の様子で気にな
ることがありましたら
教えて下さい。

※保健調査票及び
各種健康診断問診票を配布しています。

健康診断で使う重要な書類になりますので、必要事項を記入し、**4月14日(金)までに**提出よろしくお願ひ致しま

