

# ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

平成31年 4月 8日  
第1号 神石小学校

## 「入学・進級おめでとうございます」

～心もからだも元気いっぱいに過ごしましょう～



春のあたたかな日ざしをあびて、冬の間寒さにふるえていた草木も目をさましてきました。ご入学・ご進級おめでとうございます。

いよいよ新学期のスタートです。心もからだも元気いっぱいに過ごしましょう。



保健室はこんなところです



☆けがをしたとき…**応急手当**をします。  
けがの状態によっては、**病院**にかかることもあります。



☆からだのぐあいが悪くなったとき…**検温**したり**ベッド**で休んだりします。  
飲み薬はありません。

☆相談したいことや悩みがあるとき…どうすればよいか一緒に考えましょう。

☆からだについて知りたいとき…健康に関する本や資料もあります。

### 《保健室での約束》



- 保健室に来るときは、必ず担任の先生に言ってから来てください。
- 「いつ」「どこで」「何を」「どうした」と教えてください。
- 勝手に薬や体温計を出してはいけません。
- 具合が悪くて休んでいる人もいます。保健室では静かにしましょう。

## 健康診断がはじまります



健康診断は、自分のからだの成長や状態を知り、健康で安全な学校生活を送ることができるようにおこなっています。

今年度は下記の日程で健康診断を実施します。各検査・検診の前には、「ほけんだより」を配りますので、よく読んで、正しく健康診断を受けましょう。

日	時	検査・検診内容
4月12日(金)	3校時	◆身体測定(身長・体重) 体操服で受けます。 ◆視力検査 ※めがねを持っている人は忘れずに。 ◆聴力検査(1・2・3・5年生)
4月22日(月)	8:50~	◆心電図検査(1年生のみ)
4月25日(木)		◆尿検査 ※予備日 5月15日(水)
5月7日(火)	14:00~	◆眼科検診
5月15日(水)	13:30~	◆内科検診(結核健康診断・運動器検診) ※水泳、山海島体験活動、マラソン大会前健康診断と兼ねます。 ※事前に問診票、調査票があります。
5月22日(水)	13:30~	◆歯科検診
5月30日(木)	14:00~	◆耳鼻科検診

### 《保護者のかたへお願い》

※定期健康診断を実施するにあたって、保健調査票(児童調査票)を持ち帰ります。(1年生は配付済み)

内容を確認していただき、変更があれば加筆してください。

《11日(木)までに提出してください。》 よろしくお願いたします。

### 養護教諭の重松博美です。

よろしくおねがいします!

2年目を迎えました。神石高原町小富に住んでいます。  
みなさんの心とからだを元気に過ごせるようにお手伝いします。

社会人1人と大学生2人の3人の子供がいます。おしゃべりと食事が大好きです。

### 《保護者のかたへ》

私も子どもをもつ親として、保護者のみなさんと色々なお話をしながら、ともに歩んでいきたいと思っております。何かご心配なことがありましたら、遠慮なくご相談ください。よろしくお願いたします。