

ほけんだより 4月号

令和7年4月8日（火） 須影小学校 保健室

入学・進級おめでとう

ピカピカの1年生が入学し、新しい学年がスタートしました。無理せず自分のペースで頑張っていきましょう！

1年生の保護者の皆様、本日オレンジ色の封筒に保健関係書類を入れて配付しました。ご確認ください。2～6年生の保護者の皆様、春休み中の書類作成ありがとうございました。本日配付した提出物もありますので連絡帳の確認をお願いします。

健康診断が はじまります

おうちの人と日程と準備を確認しましょう！



月	日にち	項目	学年	準備すること
4月	9日（水）	心臓検診	1年生	体操着の準備
	11日（金）	聴力検査	3・5年生	両耳が出る髪型
	14日（月）		1、2年生、特別支援学級	
	15日（火）	身体測定 視力検査	全学年	身長が測りやすい髪型 めがねを使っている子は持参
	16日（水）	尿1次	全学年	朝の尿をとる
	17日（木）	歯科健診	1、3、5年、 特別支援学級	朝食後ていねいに歯をみがく
	23日（水）	尿1次予備	忘れた児童	
5月	1日（木）	内科検診	1年生、3年1組	長い髪の毛は結ぶ
	2日（金）	内科検診	4、5、6年生 特別支援学級	長い髪の毛は結ぶ
	7日（水）	歯科健診	2、4、6年生	朝食後ていねいに歯をみがく
	8日（木）	内科検診	2年生、3年2組	長い髪の毛は結ぶ
	16日（金）	眼科検診	1年生、該当者	
	22日（木）	尿2次	対象者	
	29日（木）	尿2次予備	忘れた児童	
9月	29日（月）	脊柱側わん検診	5年生	首筋が見える髪型

おせわに
なります!

学校医の先生方

みなさんの健康のために、健康診断等で学校に来てくださいます。お会いしたときにはあいさつしましょう。

内科	今成医院	今成 晴代 先生
	池沢小児科医院	池澤 繁 先生
歯科	斎藤歯科	斎藤 充弘 先生
	たかは歯科医院	高橋 和義 先生
眼科	栗原眼科	栗原 秀行 先生
薬剤師	ユニスマイル薬局羽生	藤倉 朋子 先生

池澤先生、高橋先生は今年度よりお世話になる先生です



みんなの保健室

体調がわるいときやけがをしたときなどは我慢せず保健室に来てくださいね。みんなが安心して使えるようにルールやマナーも守りましょう!

こんなときに来てください



ほけんしつ の ルール



なるべく先生に言うてくる

入る時にあいさつ

「いつ」「どこで」「どうした」を伝える

きずく口を洗う

しずかに過ごす

こんげつ 今月のすかげっ子応援メッセージ



新しい環境でがんばる自分をほぐす方法

いつでも自分のことを大事にしてほしいです。毎月ここでは自分を大事にするコツやアドバイスを紹介します。ぜひやってみてください!

- ★ゆっくり息を吸ってゆっくりはく ためいきもしすぎなければ大丈夫!
- ★お風呂につかって、じわ~っと体と心をあたためる
- ★体を動かす(外で元気に遊んだり、散歩をしてみたり)
- ★早めに寝る

