

# ほけんだより4月



令和6年4月 8日  
藤小学校保健室  
No. 1

保護者及び  
児童の皆さんへ  
※一緒に読み下  
さい

## \*保健関係書類の記入と確認をよろしくお願ひします\*

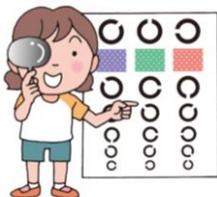
- ◆全員提出してください【10日(水)提出】
  - ・緊急連絡カード…連絡先・保険証に変更があれば書きかえをお願いします。
  - ・保健調査票…本年度の学年の欄に健康状態の記入をお願いします。
- ◆該当の人は提出してください
  - ・アレルギー学校生活管理指導表(医師の診断で学校生活で配慮が必要な人のみ)
- ◆その他 配布物(予定)
  - ・日本スポーツ振興センター災害給付加入について【13日(土)配布】  
※1年生のみ同意書の提出【19日(金)までに】があります。  
※掛け金は学年費と一緒に 7月頃に集金予定)
  - ・予防接種のお知らせ  
(4年:日本脳炎・6年:二種混合・6年女子:子宮頸がん)

## 健康診断が始まります

### \*4月の健診日程\*



- ◆身長・体重・聴力検査
  - 1.0(水) ふじのこ・2年・6年
  - 1.1(木) 1年・5年
  - 1.2(金) 3年・4年



- ◆視力検査
  - 1.6(火) ふじのこ・5年 ●1.7(水) 6年
  - 1.8(木) 4年 ●1.9(金) 3年
  - 2.3(火) 2年 ●3.0(火) 1年



メガネをかけて  
いる人は  
必ず

- ◆尿検査 1.8(木)、1.9(金) 全学年 ※容器配付日 1.7(水)

### \*体調をととのえておきましょうね\*

## 健康診断って? なにをするの?

### 自分の体のことがわかります

成長のようすや  
どのくらい健康か  
知る手がかりに



みなさんの体に  
病気や異常がないかを  
調べます

詳しい検査や  
治療を受ける  
きっかけに



### 自分の体のことを考える機会です

「もっと健康になるには?」  
「これからも健康でいるには?」  
いっしょに考えましょう



保健室の「青木」です。  
よろしくおねがいします。

### 毎日自分でやってみよう

## 朝の元気チェック!

- スッキリ起きられた
- 朝ごはんをおいしく食べられた
- うんちが気持ちよく出た
- せき・くしゃみをしていない
- 熱がない
- どこにも痛いところがない
- 笑顔いっぱい!



### 保健室に来る前 これだけはしておこう



### こんなときは 保健室へ

ケガをしちゃった

先生に  
話を聞いてほしい

体がしんどい

体のことを  
知りたい

なんとなく教室にいたくない



保健室は「みんなのための場所」。  
具合の悪い人が休んでいることもあるので、静かに過ごしてね。