

ほけんだより 4月

2024.4.11
中野西小学校
保健室

ごあいさつ

保健室を担当します、養護教諭の
西小学校に赴任して6年目となります。「ほけんだより」では、保護者の皆様向けに、保健室から見える児童の様子や、健康に役立つ情報をお伝えしてまいります。お子様と一緒にご覧いただけますと幸いです。何か気になることや心配なことがありましたら、いつでも保健室をご利用ください。今年度も、よろしくお願いいたします。



保健室はこんなときにきてください



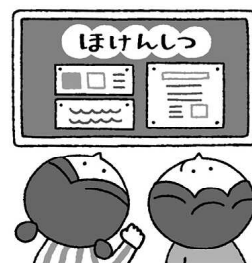
ケガをしたとき
きゅうきゅうしよち
救急処置してもらえる



ぐあいがわる
具合が悪いとき
いちじてき きゅうよう
一時的に休養できる



なや
悩みがあるとき
そうだん
相談できる



けんこう
健康について
し
知りたいとき

せいけつ調べについて

毎月第2月曜日の朝の時間に「せいけつ調べ」を行います。今月は15日(月)の予定です。健康に生活するために重要な、9つの項目について、健康手帳を使って自分で確認します。これらの項目は、大人になっても大切な生活習慣です。いつも自分で、当たり前のこととしてできるようになることを目指しています。ご家庭でも、言葉かけのご協力をお願いいたします。

◇ 身に付けたい生活習慣 ◇

<input checked="" type="checkbox"/> 手足のつめ	短く切ってある
<input checked="" type="checkbox"/> ハンカチ	毎日きれいな物を持つてる
<input checked="" type="checkbox"/> ティッシュ	いつも持ち歩いている
<input checked="" type="checkbox"/> 歯みがき	食後にみがいている
<input checked="" type="checkbox"/> かみの毛	入浴し洗髪している、目にかからない
<input checked="" type="checkbox"/> うわばき	毎週きれいに洗っている
<input checked="" type="checkbox"/> くつした	きれいな物を身に付けている
<input checked="" type="checkbox"/> 朝ごはん	毎日、朝ごはんを食べている



健康診断、そのあとは…



4月始めから健康診断を行っています。6月頃まで検診・検査が予定されていますので、ご協力よろしくお願いいたします。健康診断の結果、疾病・異常の疑いがあるお子様には「受診のお勧め」を配付しております。お子様が元気に、楽しく、安全に学校生活を送れるよう、なるべく早めにかかりつけ医、又は、専門医へご相談ください。