

ほけんだより 4月号

令和6年4月8日
練馬区立大泉北小学校
校長 松井 貴子
養護教諭 小平 かなめ

にゅうがく しんきゅう
ご入学、ご進級おめでとうございます!

しんねんど
新年度スタート

けんこうなせいふく こころがけようね
健康な生活 心がけようね

いよいよしんねんどが始まりました。あたらしいことばかりで、ドキドキわくわくのまいにちを過ごす人が多いのではないのでしょうか。まいにちきそくただいせい生活リズムを心がけ、げんきに過ごせるようにしましょう。



こんねんども、おおきたしょうほけんしつは、みなさんのこころとからだげんきをサポートしていきます。

このほけんだよりにもけんこうに過ごすためのじょうほうをねがって載せていきます。どうぞよろしくお願ひします!

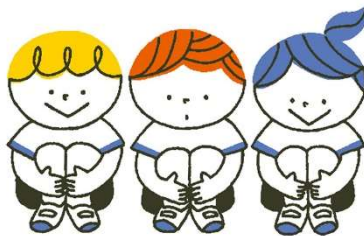
4月のほけん目標：じぶんからだし
自分の体を知ろう

けんこうしんだん
健康診断をうけるときのやくそく

じぶんからだやけんこうのじょうたいを知るだいじな機会です。かんしんをもってせつぎよくてき積極的にうけましよう



ほけんだよりを読み、
当日も説明をしっかりと聞く



自分の順番がくるまで
おしゃべりせず、静かに待つ



自分の順番になったら
校医の先生にきちんと挨拶する

けんこうしんだん
健康診断の前に注意してほしいこと



お風呂に入って清潔に
耳垢や爪もチェック!



早く寝て体調を整えよう
朝食を食べよう



メガネやコンタクトなど
検査に使うものを忘れずに



目や耳にかかる髪は
まとめたり留めたりしよう

保護者のみなさまへ

◆ 保健書類の記入・提出について

早退・けがの連絡や健康診断で必要となりますので、4月10日(水)までにご提出ください。特に緊急時の連絡先に携帯番号のみの記入の場合、なかなか連絡がつかず、迅速な対応が難しくなります。必ず勤務先の番号等も記入していただきますようお願いいたします。

| 提出物 | 対象学年 | 記入時の留意点 |
|----------|------|---|
| 保健調査票 | 全学年 | 1年生は健康状態等について表裏に詳しく記入 在校生は <u>緊急連絡先・病歴等変更点を赤で記入</u> 裏面の該当学年の欄に家庭でのようす・連絡を記入 |
| 結核健診問診票 | 全学年 | 質問を読み、当てはまるものに○をつける |
| 心臓病検診調査票 | 1年生 | 質問を読み、当てはまるものに○をつける 氏名の「フリガナ」は必ず記入する |

◆ 朝の健康観察について

元気に学校生活を送るためには、朝の健康観察が大切です。忙しい時間ではありますが、毎日お子さんの様子をチェックしていただくようお願いいたします。

- ✓ 発熱、体のだるさはないか
- ✓ 頭痛、腹痛、気持ち悪さはないか
- ✓ 朝食はきちんととったか
- ✓ 便はいつも通りに出たか
- ✓ その他、様子のちがいはないか

また、感染拡大防止の観点から、朝の時点で体調不良、風邪症状がみられた場合には、ご家庭で様子を見ていただきますようご協力をお願いいたします。



検診で所見があった方には「受診のお知らせ」をお渡します。
受診が終わりましたら、結果を学校に提出してください。
「疑い」の所見のため、受診の結果、問題なしということもあります。

がつ けんこうしんだんよてい 4月の健康診断予定

| 日程 | 項目 | 学年 | 注意事項 |
|----------|-----------|--------|--|
| 4月10日(水) | 身体計測・視力検査 | 4・5・6年 | 体育着と、持っている人はめがねを持参。 頭頂部で髪を結ばない。髪留めは外す。 ※1年生は身体計測のみ実施します。 |
| 4月11日(木) | 身体計測・視力検査 | 1・2・3年 | |
| 4月19日(金) | 視力検査 | 1年 | 持っている人はめがねを持参する。 |
| 4月23日(火) | 聴力検査 | 5年 | 耳が出る髪形で来る。 |
| 4月24日(水) | 聴力検査 | 3年 | 耳が出る髪形で来る。 |
| 4月25日(木) | 聴力検査 | 2年 | 耳が出る髪形で来る。 |
| 4月26日(金) | 聴力検査 | 1年 | 耳が出る髪形で来る。 |