ほけんだより４月

４月の保健目標

自分の体を知ろう

2019年４月　登野城小学校　保健室　＊おうちの人と読んでください。

春ですね。新しいことがいっぱいあってうれしいこの時期。「うまくやっていけるかな?」のドキドキもちょっぴりあることだとおもいます。みなさんが元気に毎日をすごせるように、保健室から、せいいっぱい応えんしています。新しい生活になれるには、まず、生活リズムを整えることが大切です。早寝早起きをして、しっかり朝ごはんを食べて、１校時の授業から元気よくがんばりましょう。

～健康診断が始まりました～

健康診断は　自分のからだについて知るチャンス

４月から６月にかけて身体計測、視力検査、歯科検診、内科健診、尿検査などの健康診断がおこなわれます。健康診断は、みなさんのからだの様子を知るための、大切な行事です。どれだけ成長したか、ふだんの生活で気をつけるとよいことなど、自分の体に注目してみましょう

～健康診断の日程～

☆視力検査	４月１６日（火）全学年
☆聴力検査	４月１６日（火）１・２・３・５年
☆心電図検査	４月１６日（火）１年
☆尿検査	４月１９日（金）提出　全学年
☆ギョウ虫検査	４月１９日（金）提出　１・２・３年
☆歯科健診	４月２２日（月）５・６年
	４月２５日（木）１・２年
	４月２６日（金）３・４年
☆内科検診	５月２１日（火）３・４年
	５月２２日（水）１・２年
	５月２３日（木）５・６年

※「保健調査票・結核健診問診票」「食物ｱﾚﾙｷﾞｰに関する調査票」の提出、ありがとうございました。まだ、提出できていない方はお早めに提出お願いします。

おうちのかたへ　①

「身長伸びたかな～」「体重増えていたらいやだな～」なんて言う子もいましたが、昨年に比べて大きくなっていることに、「やったぁ♪」みんなニコニコ嬉しそうでした。身体計測の結果を配布しました。お子さんと一緒にご覧ください。

おうちのかたへ　②

新学期は子どもたちにとって新しいことがいっぱいです。やる気、不安、緊張などさまざまな思いで疲れやすい時です。毎日の生活のリズムを整えて、睡眠を十分とり、翌日に疲れを残さないようにしてあげて下さい。また、１日の学校生活を楽しく過ごせるように朝食をしっかりとらせ登校させて下さい。登校前の健康観察をお願いします。

●学校医：石垣　忠男先生
●学校歯科医：上江田　武先生
●薬剤師：山城　専先生
（はと薬局）

「早寝早起きしっかり朝ご飯」で、からだと心の調子を整えましょう。

波照間小中学校から転任してきました養護教諭の美崎宏美です。お子様の健やかな成長を保健室からお手伝いしたいと思います。今年度も学校保健活動へのご理解ご協力をよろしくお願いいたします。何かございましたら、お気軽に保健室までお立ち寄りください。