



# すこやか

真名子小学校

ほけんだより

No. 1

H26.4.9発行

## 入学・進級おめでとう!!

4月の保健目標

自分のからだを知ろう!

寒い冬を乗り越えて、いっせいに花がさき始めました。真名子小の校庭もたくさんの色があふれています。冬の間、ぐっとためていた力を出して木や花たちもうれしそうに見えます。

今日、7人の1年生が入学してきて、51人の新しい真名子小学校が始まりました。みなさんはどんな1年にしたいですか?自分の力をだして、わくわくした1年になるといいですね!

みんなのほけんしつ だから... こんなふうにご利用してね!

<p>🩹 けがのあつゝ ぐあいのわるいときに</p>	<p>自分のからだについて 知りたいときに</p>	<p>なにかなやんでいるときに</p>
<p>できる先生にことわって だけ</p>	<p>おている人がいるかも... しずかにはいって</p>	<p>ほけんしつにあるものを つかうときは声をかけて</p>

真名子小4年目になりました、養護教諭(保健室の先生)の「本間瑞紀」です。今年度も、みなさんが学校で元気にすごせるようにお手伝いをしていきます。よろしくをお願いします。





## 学校医と学校薬剤師の紹介



- ◇内科 高橋 洋先生
- ◇眼科 石崎 道治先生
- ◇歯科 鎌田 俊介先生
- ◇薬剤師 山中 好夫先生

歯科の先生が  
かわりました

4月から6月にかけて健康診断を行います。健康診断では、身長や体重をはかったり、耳や目の検査をしたり、お医者さんの診察を受けたりします。これらは全部、みなさんが元気に成長しているか、からだの中身がうまく働いているかなどを知る、大切な手がかりになります。自分では気がつかないことがわかることもあります。あなたの大切なからだのことを **もっとよく知るチャンス** です。しっかりうけてくださいね。

準備はOK?

健康診断  
スケジュール

日程と、受ける前の注意点を  
チェックしましょう！

身体測定

4月10日(金)  
全学年

□体操服を用意しましょう。  
□髪の長い人は、横で2つに  
まとめておきましょう。

内科検診

5月12日(火)  
全学年

□お風呂に入って体を清潔に  
しましょう。

歯科検診

5月14日(木)  
全学年

□朝、歯をみがきましょう。

眼科検診

5月21日(木)  
全学年

□目を休めましょう(テレビ  
やゲームを長時間しない)  
メガネを使っている人は、い  
つものメガネを忘れずに！

耳鼻科検診

5月13日(水)  
全学年

□耳そうじをしておきましょ  
う。  
□鼻をかんでおきましょう。

心電図検査

4月20日(月)  
1年生

□脱ぎ着のしやすい服を着ま  
しょう。  
リラックスして受けましょ  
う！

尿検査

提出日

4月16日(木)  
全学年

□忘れないように、前の日にト  
イレにコップを置いておきま  
しょう！

ぎょう虫卵検査

提出日

4月16日(木)  
1~3年生

ひとりでもずかしいときは、  
お家の人に手伝ってもらいま  
しょう！