

ほけんだより 4月

令和4年4月8日 味生小学校 保健室

入学・進級おめでとうございます♪

いよいよ春がやってきました。色とりどりに花が咲き、心もうきうきしてきますね。新しい学年、新しいクラスになり、わくわくする反面、なんだかちょっと緊張する時期でもあります。緊張すると気がつかない間に疲れるので、夜は早めに寝て、しっかりと体を休めてあげましょう♪

☆今年度の保健室も、北村早紀恵が担当します。みんなが楽しく、元気に過ごせるようにがんばりたいと思いますので、どうぞよろしくお願ひします。



健康診断の受け方

あいさつをしましょう。



し・ず・か・に！



せんせいの話をききましょう。



前の日は…



お風呂に入って体をよく洗う



耳あかをとってもらおう

歯みがきもしっかり



つめを切る



服に名前を書く

二測定

- * 体操服を持ってきましょう♪
- * 頭の上や後ろで髪をくくらないようにしましょう♪

身長：背の高さをはかります。

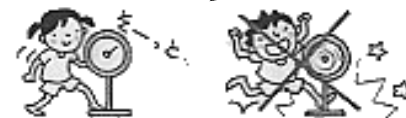
せすじをのばしましょう。



あごをひいてまっすぐまえをむきます。

体重：からだの重さをはかります。

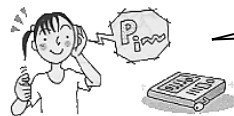
たいじゅうけいには、しずかにのります。



せんせいが「いい」というまで、うごかずにじっとします。



聴力検査



けんさのまえのひに、みみそじを してきましょう♪

聞こえ方が学習に差し支えないかチェックします。

視力検査

* めがねを持ってきましょう♪

見え方が学習のさまたげにならないかどうか調べます。普段の見え方を調べるので、めがねやコンタクトレンズをしている人はつけたまま検査を行います。



内科検診

* 体操服を持ってきましょう♪

栄養状態、背骨や胸郭、皮膚の状態、心臓の音などを調べます。検査では小さな音を聞いたりますので、待つ間は静かにしましょう。

ちいさなおとをきいています。



保護者の皆様へ

入学式、始業式に保健関係の書類をお渡ししています。今年度も、来週から多くの健康診断を予定しています。問診票の締め切りを4月11日（月）としています。お忙しいところ恐れ入りますが、提出をよろしくお願ひいたします。

尿検査

* だしわすれののないようしてください。

うらも
あります