

ほけんだより 4月

令和6年4月8日
中野区立中野本郷小学校
校長/角田 恒一
保健室発行 No.1

～ お家の人と一緒に読みましょう ～

入学・進級おめでとうございます！

新年度がスタートしました。保健室ではみなさんの『体』と『心』の健康を、色々な場面でサポートしていきます。

さて、登校前の健康観察はしましたか？
春休み明けは、生活リズムや環境の変化により体調を崩しやすくなります。元気に過ごすためには、日々の健康管理が大切です！



朝ご飯は食べましたか？



排便はありましたか？



具合は悪くないですか？

保健室ってどんなところ？

保健室は、①けがをしたとき②具合が悪いとき③体や心のことで不安やなやみがあるとき④体や心、健康について調べたいときなどに利用することができます。

保健室を利用するときは、5つのルールを守って、みなさんが安心して利用できるようにしましょう。

- ☑担任の先生にお話ししてから来てください。
- ☑保健室に入るときと出るときは、あいさつをしましょう。
- ☑「いつ」「どこで」「どうして」「どうなった」のかをお話ししてください。
- ☑休んでいる人のためにも静かに利用してください。
- ☑保健室のものは声をかけてから使ってください。



保健室へようこそ！

保護者の皆様へ

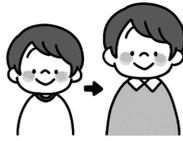
新年度がスタートしました。お子さんたちは、入学・進級に伴い環境が変わったことで、やる気と期待に満ちあふれる一方、不安や緊張も抱えていることと思われます。楽しく充実した学校生活のためにも、朝のお忙しい時間帯ですが、登校前にお子さんの健康観察をお願いいたします。

また、保健室では長時間の休養はできません。発熱の有無に関わらず教室に戻ることが難しいときは、お迎えをお願いしています。

今年度もご家庭のご協力のもと、お子さんたちの健やかな成長のお手伝いをしてまいりますので、どうぞよろしくをお願いいたします。



健康診断の目的は？



自分の成長を
知ることができる！



病気や異常を
見つけることができる！



からだに興味をもつ
きっかけになる！

今年度お世話になる校医の先生方

- 内科 桜井 英一 先生 (中野診療所)
- 耳鼻科 船戸 宣利 先生 (船戸耳鼻咽喉科)
- 眼科 及川 亜希 先生 (後藤眼科)
- 歯科 高野 吉光 先生 (高野歯科)
- 岩田 将 先生 (岩田デンタルオフィス)
- 薬剤師 堀江 久美 先生 (ひかり薬局)



みなさんの学校生活をサポートしてくださる先生方です。来校されたときは、きちんとあいさつをしましょう！

校医検診の日程

項目	月日(曜日)	学年	備考
身体計測	4月10日(水)	5・6年	髪を高い位置で結んで来ないようにしましょう。体操着を忘れずに持って来てください。
	4月11日(木)	3・4年	
	4月12日(金)	1・2年	
聴力検査	4月15日(月)	1・2年	
	4月16日(火)	3・5年	
耳鼻科検診	4月18日(木)	全学年	
視力検査	4月19日(金)	2・3・4年	<u>メガネを使っている人は、忘れずに持って来てください。</u>
	4月22日(月)	1年	
	4月23日(火)	5・6年	
眼科検診	4月24日(水)	全学年	
内科検診	4月26日(金)	全学年	体操着を忘れずに持って来てください。
歯科検診	4月25日(木)	1・3・5年	歯をみがいて来ましょう。
	5月9日(木)	2・4・6年	
心臓検診	5月2日(木)	1年・対象児童	体操着を忘れずに持って来てください。
尿検査1次	5月15日(水)	全学年	9:00 までに提出してください。
	5月22日(水)※追加回収日	対象児童	
尿検査2次	6月5日(水)※追加回収日	対象児童	
	6月7日(金)※追加回収日	対象児童	

