

# ほけんだより 4月

令和5年 4月  
一丘小学校 ほけんしつ

入学進級、おめでとうございます。いよいよ新学期がはじまりましたね！  
楽しみなことも、不安に思っていることもあるかもしれません。困ったときは、先生やおうちの人にお話ししてくださいね。新年度になって、とっても忙しい4月ですが、毎日みんなの元気な笑顔と会えることを楽しみにしています🌸

このほけんだよりを通して、たくさんの情報をお伝えしていきたいと思っています。  
おうちのかたとみんなとで、一緒に読んでいただけると嬉しいです🍀



## 健康診断が始まります！4月の保健行事

1 1日(火)	2 計測・四肢の検査	5・6年生
1 2日(水)	2 計測・四肢の検査	3・4年生
1 3日(木)	2 計測・四肢の検査	1・2年生
2 4日(月)	心臓検診	1年生・対象者
2 5日(火)	尿検査1次①	全学年
2 6日(水)	尿検査1次②	全学年
	聴力検査	2年生
2 7日(木)	聴力検査	1・5年生
2 8日(金)	聴力検査	3年生



4月から6月まで、たくさんの健康診断が続きます！体操服など必要なものを忘れないように、前日までにしっかりと準備しておこうね！！

## 夜更かし していませんか…？

新年度が始まり、新しい環境にドキドキそわそわして、つい夜更かしをしていませんか？  
元気に学校生活を送るためにも、早寝・早起きで、生活リズムを整えようね！

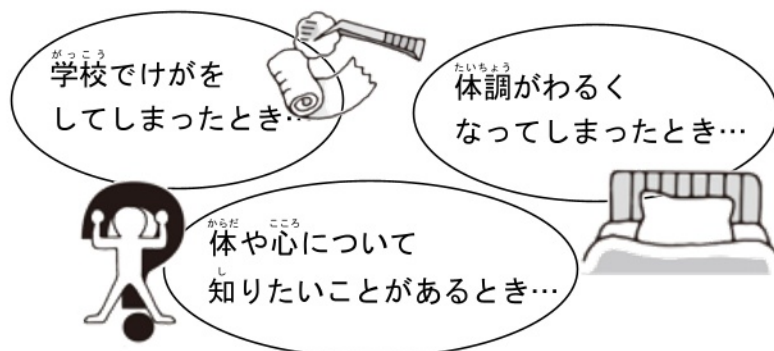
### 夜更かしをすると…

- ・身長が伸びにくくなる
- ・免疫力が下がり、かぜなどをひきやすくなる
- ・疲れが取れにくくなる
- ・勉強やスポーツに集中しにくくなる …など



## こんなときは 保健室を利用してね

保健室では、みんなが元気に学校で過ごせるように体と心のサポートをします！  
一丘小学校のみんなが、利用できる部屋です。



### 【おねがい】

保健室に来るときは、必ず担任の先生に言ってから来てね。

急にいなくなったり、授業が始まっても教室に戻ってこなかったら、みんな心配してしまいます。ルールを守ってね！！



## 学校医の先生方のご紹介

- 内科：塩谷 一成 先生 (イツセイ心臓内科クリニック)
- 歯科：宅間 雅彦 先生 (たくま歯科医院)
- 眼科：まつ田 亨二 先生 (まつだ眼科)
- 耳鼻科：小上 真史 先生 (小上医院)
- 薬剤師：若林 槇代 先生

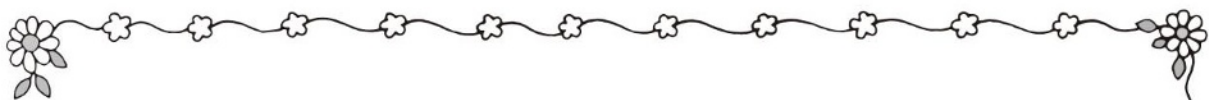


## 保健関係書類提出のお願い

- ・保健調査票(オレンジカード)
- ・結核健康診断問診票
- ・心臓第一次検診票(1年生)
- ・耳鼻科検診問診票(1.5年生)

健康診断などでお世話になります。  
あいさつをしっかりしようね！

保健関係の書類は、もれのないように  
ご記入いただき、全て4月13日(木)  
までに、ご提出いただくようお願いいたします。



1年生のみなさんは、はじめまして。2～6年生のみなさんは、  
また1年よろしくね。みんなが、健康で元気いっぱい  
過ごせるように、精一杯お手伝いのできたらいいな  
と思っています。1年間 どうぞ よろしくおねがいします！

