

# ほけんだより

豊中市立原田小学校  
ほけんしつ  
2022年4月号



## ご入学、ご進級 おめでとうございませす！！

たくさんの「あたらしいこと」にかこまれて、しんねんど新年度が始まりましたね。さっそく早速、さまざまな健康診断がまっています。自分のからだについて知り、一緒に健康について考えていきましょう。

みなさんがほけんだよりを読んだり保健室前の掲示物を見たりして、「なるほど!」「おもしろい!」と健康について興味を持てるような楽しい情報を発信していきたいとおもいます。

ぜひ、おうちの人と一緒にほけんだよりを読んでみてくださいね!

## まいあさ 健康観察をしましょう!

のど いた  
喉の痛みや、せきは  
出ていませんか?

ね お  
寝起きはよかったですか?

かおいろ  
顔色はいいですか?

しょくよく  
食欲はありますか?

ねつ  
熱っぽくないですか?

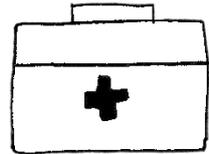
うんちはでましたか?

たいちょう  
体調はわるくないですか?

〈おうちの方へ〉

子どもたちの健康状態は、おうちの方が一番よくご存知だとおもいます。上記のことを参考に、毎朝の健康観察をお願いいたします。また、体調がよくない時は無理して登校させずに経過観察をお願いいたします。

# 保健室ってどんなところ??



\* 保健室はこんなときにきてください \*

<p>【具合が悪くなった時】</p>	<p>【相談や体の悩みがある時】</p>	<p>【けがをしたとき】</p>	<p>【体や健康について知りたい時】</p>
--------------------	----------------------	------------------	------------------------

## 保健室を利用するときのお約束

- ・保健室に入る時は、「〇年〇組・名前・用事」を言いましょう。
- ・保健室はみんなの場所です。静かに利用しましょう。
- ・担任の先生に言ってから、保健室へ来ましょう。
- ・けがをしたら傷口を流水できれいによく洗い、砂や汚れを落としましょう。
- ・保健室のものは、声をかけてから使しましょう。
- ・先生の机や戸棚は、勝手に触らないようにしましょう。



## 自己紹介



1、2年生のみなさん、はじめまして。3~6年生のみなさん、お久しぶりです。この1年間みなさんのからだとの健康をいろいろな場面でお手伝いしていきます。よろしくお願いします。

みなさんが健康について楽しみながら、知識を増やせるような掲示物を作っていきたいとおもいます。  
保健室は、みんなの居場所です。悩みや困ったことがあれば、相談してくださいね。今年もよろしくお願いします。



健康診断・提出物などについて、裏面に載せています!!



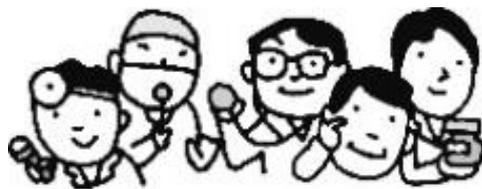
がつ よてい  
4月の予定

健康診断では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、からだの成長の様子や、どこか調子のよくないところはないかを調べていきます。健康診断は、自分のからだの様子をよく知るチャンスです。一人ひとりが健康の大切さについて考えてくださいね。

けつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
			7 にゅうがくしき 入学式	8 しぎょうしき 始業式
11 りにんしき 離任式	12 はついくそくてい 発育測定 (4・5・6年)	13 はついくそくてい 発育測定 (2・3年)	14 しりよくけんさ 視力検査 (6年)	15 しりよくけんさ 視力検査 (5年)
18 しりよくけんさ 視力検査 (4年)	19 しりよくけんさ 視力検査 (3年) はついくそくてい 発育測定 (1年)	20 しんぞうけんしん 心臓検診 (1年)	21 ちょうりよくけんさ 聴力検査 (3年)	22 しりよくけんさ 視力検査 (1年)
25 	26 しりよくけんさ 視力検査 (2年)	27 ちょうりよくけんさ 聴力検査 (1年)	28 ちょうりよくけんさ 聴力検査 (5年)	

こんねんど      せわ      がっこうい      せんせい  
今年度お世話になる学校医の先生です

けんしん  
検診のときに  
げんき  
元気にあいさつしましょう!



# つづ 続けよう！ 感染症の予防



## 3つのせきエチケット



せきやくしゃみがで出そうになったら、鼻と口をマスクでしっかりとおおいましょう。



マスクがない時は、ハンカチなどで口と鼻をおおいましょう。



とっさの時は、服のそでで口と鼻をおおいましょう。

自分と周りの人を守るためにも、マスクの着用・人との距離・石けんでの手洗い・換気などを続けて、感染症を予防しましょう。

また、感染症予防の基本は「適度な運動」、「十分な睡眠」、「バランスの良い食事」です。自分の生活を見直して、ウイルスに負けない体づくりをしていきましょうね。

## うちのかたへ



## ていしゅつぶつ ねが 提出物のお願い

保健関係として、以下の書類をお渡ししました。

お手数ですが、ご記入の上 4月11日(月)までに 担任へ提出してください。

ねんせい 1年生

- ① こどもの健康調査票
- ② 心電図票、心臓病調査票

- ③ 独立行政法人日本スポーツ振興センター同意書

- ④ 学校における食物アレルギー対応についての連絡票(対象者のみ)

ねんせい 2～6年生

- ① こどもの健康調査票