

ほけんだより

2021. 4. 7 NO. 1

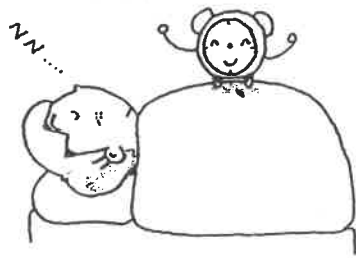
武庫小学校 ほけんしつ

(おうちのひとといっしょによみましょう)

新年度が始まりました。たくさんの「新しい」に出会うみなさんは、わくわくドキドキしているのではないのでしょうか。早く慣れようとあせってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。保健室からもみなさんのことを応援しています。



まずは生活のリズムを整えましょう。



睡眠をしっかりとうろう



食事は1日3食バランスよく



適度に運動をしよう

【おうちの方へ】～保健関係書類提出のお願い・提出日はすべて4/9です。～

①保健調査票

お子さんが健康で安全に学校生活を送れますように、またお子さんの健康状態を把握するために使用します。記入についてのお手紙をご覧ください、必要事項をご記入のうえ、押印をしてご提出ください。

②結核健診問診票・運動器健診保健調査票

内科健診の中で実施する健診です。保護者の方による記入をお願いいたします。運動器健診の調査につきましては、記入の仕方をご覧ください実施してください。

③保健調査(歯科)

歯科健診の際に使用します。お子さんの歯や口腔のことで、気になることがありましたらご記入ください。

この他にも、定期健康診断に関わる配布・提出物の多い時期です。何かとお願ひするごときですが、どうぞよろしくお願いいたします。

応急処置を

するところ

ほけんしつは

こんなことをするところです。

学校でけがをしたり、しんどくなったときに、かんたんな手当てをしたり、休んだりするところです。



からだのことなど
相談にのるところ

からだのことや、びょうきのことなどで、心配なことや不安なことわからないことがあったら、いつでもきてね。

みんなの健康を
守るおおてつだいを
するところ

健康診断やおやすみの人の様子など、みんなが健康で元気にすごせるように、調べたりするところです。

健康についての
勉強のおおてつだいを
するところ

保健についての本や資料があります。調べたいことがあるときはきてください。

じぶんの健康を守るのは
あなた自身です!!

よろしくお願ひします。(おうちのかたへ)
保健室におります 養護教諭の西畑邦子 です。
ご家庭のご協力をいただきながら、子どもたちのこころとからだを守るためのお手伝いをさせていただきます。お世話になります。

