

入学・進級おめでとうございます。さあ、新しい年度がはじまりました。新しいことがいっぱいあってうれしいこの時期。はやね・はやおき・朝ごはんをこころがけてつかれが残らないよう、毎日元気いっぱいにごすごしてくださいね。

けんこうしんだん じぶん たいせつ
健康診断で自分の大切なからだを知ろう

校医先生の都合により日程や時間の変更があります。

4月13日（金）

☆身長・体重・座高

1～6年

4月のスケジュール

視力・聴力検査は 23 日～
おこな
行います。

日は後日お知らせします。

4月18日（水）

☆内科結核検診

4年

4月17日（火）

☆ぎょう虫検査 1～3年

☆尿検査 1～6年

4月24日（火）

☆内科結核検診

1年

4月17日（火）

☆内科結核検診

5年

4月25日（水）

☆歯科検診

1～6年



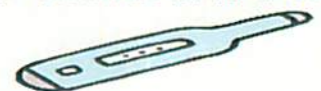
1年に1度、自分のからだを知るチャンスです。病気や異常の疑いがある場合は、学校からお知らせします。早めに病院へ行きましょう。

けんこうかんさつ
1日のはじまりに健康観察

新しい友達・先生と新しい環境で緊張したり、つかれやすくなったりしています。1日元気に学校生活を送れるように朝の健康観察をしましょう。

- ① スッキリ目がさめましたか？② 顔色はいいですか？③ 食欲はありますか？④ からだはだるくありませんか？

調子が悪いな、と思ったら熱をはかってみましょう。

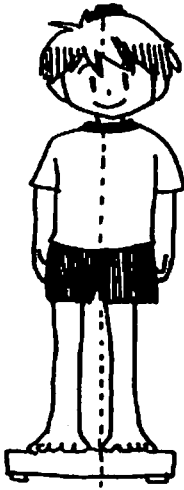


身長・体重・座高をはかいます。

1限目 8:40～ 3・4年生
2限目 9:35～ 1・6年生
3限目 10:30～ 2・5年生

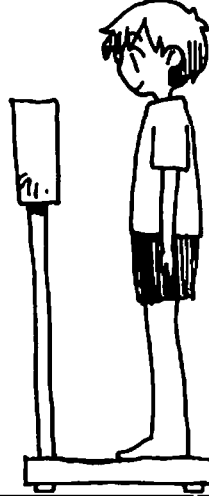
服装は体操服です。くつ下はぬぎます。測定する前に名前をはっきりいしましょう。

身長(背の高さ)



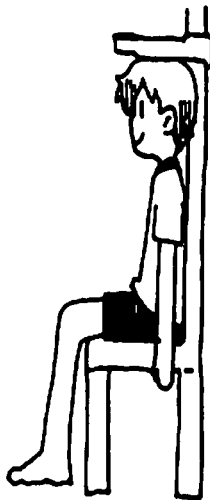
- ・背すじをピンとのばしてあごをひいて前をまっすぐ見ます。
- ・かかと・せなか・おしりをきちんとはしらにくっつけます。
- ・髪(かみ)の毛を結ぶ時は髪(かみ)の上や後ろにこないようにしてね。

体重(体の重さ)



- ・のりおりはしずかにしましょう。
- ・はかっている間は、からだは動かしません。
- ・足形に合わせて真ん中にのりましょう。

座高(すわったときの背の高さ)



- ・せなかと・おしりをきちんとはしらにつけましょう。
- ・おしりを前にずらしてはいけません。
- ・軽くあごをひいてまっすぐ前を見ましょう。

視力(物を見る力)



- ・検査は右目→左目の順番(じゆんぱん)でします。
- ・見えないときは「わかりません」と言きましょう。
- ・メガネ(めがね)を持っている人は忘れないでね。
- ・検査の日(ひ)は後(あと)でお知らせ(しらせ)します。

健康診断のルールを守りましょう。

「見ない」・・・あなた自身はそうでなくても、見られるのがいやな人もいます。ほかの人の結果をのぞかないようにしましょう。
「言わない」・・・友達の健康状態について、からかったりしないようにしましょう。言われた人はとても傷つくかもしれません。
「気にしない」・・・からだや健康の状態は、一人ひとりちがっていて当たり前なのです。ほかの人とくらべて悩まないでね。