



ほけんだより 4月号



4月18日
伊是名小学校
保健室



入学・進級、おめでとうございます



伊是名小学校のみなさん、ご入学・ご進級おめでとうございます！今年度から養護教諭になりました、古我知 葵です。元気いっぱいの方々に会えて、とっても嬉しく感じています！この「ほけんだより」では保健行事や心と体の健康についてお知らせします。これから元気にのびのびと一緒に勉強していきましょうね。

4月の保健目標

○からだを清けつにしよう
○自分のからだをしろ

4月の保健・安全行事

11(火)・12(水) 発育測定
19(水) 交通安全指導教室
20(木) 聴力検査・色覚検査



健康診断が始まります

皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。しっかりと自覚を持って受けてほしいと思います。

この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、日々、健康的な生活を送れるよう心がけましょう。



おうちの方へ

～朝の健康観察のお願い～

元気に学校生活を送るために、毎朝のお子さんの様子を、ぜひチェックしてください。

- 顔色が悪くないか。
- 熱やだるさはないか。
- 眠そうではないか。
- 食欲はあるか。
- せきや喉の痛みはないか。
- 頭痛・腹痛はないか。
- 元気はあるか。



健康診断の前の日の約束

健康診断の前日は、お風呂に入って からだを清潔にしておきましょう。目的に合わせて耳をそうじしたり歯みがきをていねいにしたり... つめもきちんと切っておきましょう。そして体調を整えるために早く寝るようにしましょう。

