4がつ ほけんだより

令和５年４月７日　北茨城市立石岡小学校　保健室　No.1

4月の保健目標

自分の体を知ろう。

月　日

今年度もよろしくお願いします！

保健室の成田です。石岡小学校２年目になります。今年度も，みなさんが笑顔で健康に学校生活を送ることができるよう，支援していきます。

ご入学・ご進級おめでとうございます

新学期がスタートしました。４月７日には，１名の１年生が入学します。新しい友達や先生との出会いに，胸がわくわくしている人もいることでしょう。元気に勉強や運動をするために，「早ね・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活を心がけ，体も心も健康な１年間にしましょう。

4月の保健行事

☆定期健康診断

実施日	実施項目	時間	対象者
11日（火）	体位測定（体育用半袖上下） 視力検査 聴力検査	１校時	全学年
１４日（金）	心臓検診（体育用半袖上下）	9:30～	１年生
２６日（水）	歯科検診	１１:３０～	全学年

※　歯科検診日に欠席した場合，後日，中郷第二小学校または明徳小学校に，保護者の方と一緒に検診を受けに行っていただきます。あらかじめご承知おきください。

※　内科検診，尿検査は５月に実施いたします。

どうして健康診断をするのかな？

健康診断は，どれくらい体が成長したか，かくれている病気はないか等，自分の体や健康について知り，「健康にすごす習慣を身に付ける」という目的があります。健康診断を正しく受けて，自分の体を知りましょう。

４月から６月にかけて，定期健康診断を行います。保健に関する提出物が多くなります。提出期限を守って，忘れずに提出してください。

保健室の利用しかた

保護者の方へ

○　保健関係書類の配付について

保健に関わる書類をファイルに入れ，ご家庭に配付しました。お子様の健康に関わるものになりますので，記入や押印漏れがないようご確認のうえ，４月１２日（水）までに学校に提出してください。

○　色覚検査について

色覚検査とは，色の見え方を調べる検査です。色の見え方が大多数の人と異なると医学的に色覚異常と診断されます。本校では色覚検査を希望者に行います。ご希望の際は，連絡帳等を通じて，担任までお知らせください。

○　健康観察アプリ　リーバの使用について

今年度も引き続き，毎朝お子様の体温と体調について，健康観察アプリリーバーにご入力をお願いいたします。お子様や同居のご家族に，発熱や風邪様症状が見られる場合には，その旨もご入力ください。欠席等の連絡は，リーバーだけではなく，連絡帳，電話等で学校にも連絡をお願いいたします。

※毎朝，７：４０までの入力にご協力をお願いいたします。