



令和5年4月
上新井小
保健室

～おうちの人と一緒に読みましょう～

入学・進級おめでとうございます

ピカピカの一年生をむかえ、新しい1年がスタートしました。1年間、みなさんが健康な生活を送り、大きく成長することを願っています。「ほけんだより」では、学校の保健行事のお知らせのほか、上新井小学校のみなさんが元気に楽しく毎日をすごせるよう、体と心の健康について考えていきたいと思えます。よろしくお願ひします。

★おうちの方へ★ 朝の健康観察をお願いします

新しい環境は、心身ともに疲れます。学校で元気に過ごすために、健康観察をお願いします。

- 朝食は食べましたか うんちはでましたか 顔色はいいですか
熱っぽくないですか 睡眠はとれていますか

様子がおかしいようであれば、無理せず休ませてあげてください。また、元気な時は「いってらっしゃい」と温かく送りだしてください。

健康診断が続きます・・・＜健康診断時の注意事項＞

- *健康診断の前日は、特に体を清潔にしておきましょう。また、早めに寝るようにしましょう。
- *発育測定…体育着で行います。髪の毛は頭の上・真後ろでは結ばないでください。
- *視力検査…メガネを持っている人は、検査のときに、メガネを使うので忘れずに持ってきてきましょう。
- *聴力検査…耳掃除をしておきましょう。
- *耳鼻科検診…耳掃除をしておきましょう。

学校で行う健康診断は、病気の診断をするものではなく、あくまでも集団の中から疑いのあるものを見つけることです。検査の結果、問題や疑いがあった場合は「受診のお知らせ」をお配りし、ご連絡いたしますので、医療機関で詳しくみていただいでください。

保健室はこんなときにきてください



ケガをしたとき
救急処置してもらえる



具合が悪いとき
一時的に休養できる



悩みがあるとき
相談できる



健康について
知りたいとき