

4月のほけんだより



令和6年4月11日
北九州市立今町小学校
保健室 No.1

ご入学おめでとうございます。

みなさんが小学校で、元気に勉強したり、友達と遊んだりできるように、体を調べる検診があります。どの検診もこわくも、痛くもありません。安心してくださいね。

☆健康診断が始まります☆ (日程は予定です。変更になる場合もあります。)

健診項目	実施日程 (予定)	検査について
発育測定	4月17日 (水)	体の大きさ、重さをはかります。
心電図検査	5月7日 (火)	機械を使って、心臓の動きを調べます。
視力検査	4月26日 (金)	どのくらい周りのものが見えているかを調べます。
聴力検査	4月19日 (金)	耳の聞こえ方を検査します。
内科検診	5月8日 (水)	栄養状態や皮膚の状態、背骨のゆがみがないかを、学校医の先生にみてもらいます。
尿検査	① 4月23日 (火)	おしっこに病気のサインがかくれているか調べます。
	② 5月1日 (水)	
	③ 5月10日 (金)	
眼科検診	5月9日 (木)	目の病気がないか、学校医の先生にみてもらいます。
耳鼻科検診	5月30日 (木)	耳や鼻の病気がないか、学校医の先生にみてもらいます。
歯科検診	5月23日 (木)	歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態を調べます。

学校医の先生を紹介します

内科	先生
歯科	先生
耳鼻科	先生
眼科	先生
薬剤師	先生

個人情報保護のため、HPでの掲載は控えさせていただきます。

先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう!

養護教諭の [] です。
みなさんが、自分や友達
の健康を守り、元気に学校
で過ごすことができるよ
うに、お手伝いをします。
みなさんと過ごす毎日
を楽しみにしています。
よろしくお願ひします。



にゅうがくしき はいふ ていしゅつしよるい
 ☆入学式で配布した提出書類について☆

ぜんいんていしゅつ 全員提出	①家庭調査票 <small>かていちようさひょう</small>
	②保健調査票 <small>ほけんちようさひょう</small>
	③心臓病調査票 <small>そうびようちようさひょう</small>
	④腎臓病調査票 <small>じんぞうびようちようさひょう</small>
	⑤結核健診問診票 <small>けっかくけんしんもんしんひょう</small>
もうしこみみていしゅつ 申込未提出のお子様のみ申請または提出 <small>さま しんせい ていしゅつ</small>	⑥フッ化物洗口の申し込み
しょくもつ 食物アレルギーのあるお子様のみ提出 <small>こさま ていしゅつ</small>	⑦食物アレルギー対応給食実施申込書 <small>しょくもつ たいおうきゅうしょくじっしもうしこみしよ</small>

ていしゅつ し きり
 提出の締め切りは、**4月15日(月)** となっております。

ごふめい ぜん がございましたら、**学校** (tel: 592-4900) までご連絡ください。
がっこう れんらく

とも づく だい いっ ぽ
友だち作りの第一歩は
『おはよう!』



おはよう
 入学・進級おめでとう
 ございます。「新しい友
 だち、できるかな?」と
 ドキドキソワソワしてい
 る人も多いかもしれませんね。
 そんな人は、ぜひ自分から「おはよう
 !」とあいさつをしてみましょう。

自分からあいさつをすると
 仲良くなりたい気持ちを伝えられる

「自分に興味を持ってくれている」と
 感じると誰でも嬉しいもの。目を見て明
 るく声をかけてみてください。

相手も自分も明るい気分になれる

相手が嬉しそうに返してくれれば、自
 分の気分もアップ♪ そこから話が広が
 れば、グッと仲良くなれるかも。

とも
友だちと
 たの 楽しい学校生活を
 おく 送ってくださいね♪



あさ ひ みつ
朝ごはんの秘密

「時間がない」「食欲がない」と
 朝ごはんを食べていない人はいませんか。



でも朝ごはんには、
すごい があります。
パワー

食べる時
元気が
いっぱい

寝ている間も脳と体は動
 いているので、朝にはエ
 ネルギーがほとんど残っ
 ていません。朝ごはんを
 食べれば、エネルギーが満たされます。

あたま
頭が
よく働く

朝ごはんを食べる時、よ
 く噛むことで脳が活発に
 なり、やる気や集中力が
 高まり学習効果がアップ
 します。

まいにちあさ
「毎日朝ごはん」
 しゅうかん
を習慣にしましょう

