

# 4月のほけんだより




令和7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。)

けんしんこうもく 健診項目	じっしについて 実施日程 (予定)	けんさ 検査について
はついくそくてい 発育測定	4月15日(火)	からだのおおおも 体の大きさ、重さをはかります。
しんでんずけんさ 心電図検査	4月18日(金)	きかいつか 機械を使って、心臓の動きを調べます。
しりよくけんさ 視力検査	4月22日(火)	どのくらい周りのものが見えているかを調べます。
ちようりよくけんさ 聴力検査	4月17日(木)	みみきかたけんさ 耳の聞こえ方を検査します。
ないかけんしん 内科検診	5月7日(水)	えいようじようたいひふじようたいせぼね 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。
にようけんさ 尿検査	① 5月1日(木) ② 5月9日(金) ③ 5月16日(金)	おしっこにびようき おしっこに病気のサインがかくれているかを調べます。
がんかけんしん 眼科検診	5月8日(木)	めびようき 目の病気がないか、学校医の先生にみてもらいます。
じびかけんしん 耳鼻科検診	5月29日(木)	みみはなびようき 耳や鼻の病気がないか、学校医の先生にみてもらいます。
しかけんしん 歯科検診	6月5日(木)	は 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	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。
歯科	
耳鼻科	
眼科	
薬剤師	

先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう！

ようごきようゆ  
養護教諭の

福田 千明です。

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。

よろしくお願いします。



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☆

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

ていしゅつ し き  
 提出の締め切りは、**4月14日(月)**となっております。

ごふめい せん  
 ご不明な点がございましたら、学校 (tel: 592-4900) までご連絡ください。

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。


じぶん  
**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。

あいて じぶん あか きぶん  
**相手も自分も明るい気分になれる**

あいて うれ かえ じ  
 相手が嬉しそうに返してくれば、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  
 楽しい学校生活を  
 送ってくださいね♪



あさ ひ みつ  
**朝ごはんの秘密**

じ かん しよくよく  
 「時間がない」「食欲がない」と  
 あさ  
 朝ごはんを食べていない人はいませんか。

あさ  
 でも朝ごはんには、  
**すごい**  
**パワー** があります。

た 食べる  
 げんき  
 元気  
 いっぱい

ね あいだ のう からだ うご  
 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  
 はたら  
 よく働く

あさ た ととき  
 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」  
 じゅうかん  
 を習慣にしましょう

