

# ほけんだより 4月

令和6年4月9日  
名古屋市立本郷小学校

入学・進級おめでとうございます。新しい学年のスタートです。  
新しい友だちに出会えて、ワクワクしてはりきっていると思います。  
でも、あまりはりきりすぎて疲れないように自分のペースで新しい生活をスタートさせてください。保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康のサポートをしていきます。

## 4月のめあて

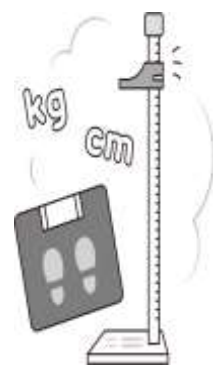
自分の体の様子を知らう  
健康診断を正しく受けよう

## 4月の行事

11日(木)	身長・体重測定	6年
12日(金)		5年
15日(月)		4年
16日(火)		3年
17日(水)		2年
18日(木)		1年・すぎのこ
19日(金)	視力検査	6年
22日(月)		5年
23日(火)		4年
24日(水)		3年
25日(木)		2年
26日(金)		すぎのこ
30日(火)		1年

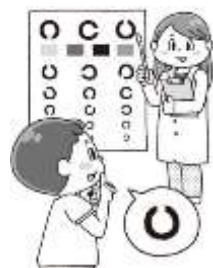
## 身長・体重測定について

服装は、体操服です。上半身は、半そでの体操服、下半身は、ハーフパンツです。髪を結ぶ場合は、身長計のカーソルに当たらない位置で結んでください。また、頭頂部に三つ編みなどの編み込み部分がないようにしてください。



## 視力検査について

メガネを使用している人は、忘れないように持ってきてください。コンタクトレンズを装着している人は、お知らせください。



## お世話になる 学校医の方々

健康診断や環境衛生検査でお世話になります。  
令和6年度もよろしくお願ひします。

学校医(内科)	佐々木 邦明 先生
学校医(眼科)	杉野 太郎 先生
学校医(耳鼻科)	渡部 啓孝 先生
学校歯科医	安田 光良 先生
学校薬剤師	岡崎 幸宏 先生

今年度より保健室を担当します

片岡 果穂 です。

どうぞよろしくお願ひします。



けがの手当てをしたり、体の具合が悪い人をみたりします。  
心配なことや悩んでいることの相談にものります。  
気軽に保健室に来てくださいね。

まいにちげんき  
毎日元気にすごすためのヒケツ!

始めよう 朝の健康チェック



学校生活を元気に送るヒケツ  
は、自分の体と心の状態に気  
配り、小さな異常に早めに気づ

けるようにすること。

学校に行く前の健康チェックを習慣にしまし  
よう。

朝の健康チェック

- 眠気は残っていない?
- 食欲はある?
- ウンチはスッキリ出た?
- 体に違和感があるところはない?
- 熱やせき、鼻水はない?
- やる気はわいてくる?



気になることがあれば、いつでも保健室に来てくださいね。

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



けがをしたとき・具合が悪いときは教えてください



《いつ》



《どこで》



《何を》



《どうなった》

2時間目の学級活動の時間に、運動場で鬼ごっこをしていて、転んでひざをすりむきました。