



ほけんだより

令和2年4月
大沢小学校 保健室

～ 早ね・早起き・朝ごはん ～

にゅうがく しんきゅう

入学・進級おめでとう



いよいよ新学期がはじまりました。新しい友だちや先生も仲間入りして、学校の中は、新しい出会いがいっぱいですね。みなさんの顔もいきいきと、かがやいてみえます。このかがやきがもっともっと増すように、みなさんの元気な毎日をお手伝いしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひします。

4月の保健目標 自分のからだの様子を知ろう

こんなとき、保健室に来てください

けがや体のくあいが悪いとき

「いつから、どこが、何で、どんなふう」に」けがしたか、はっきりと話してください。



自分の体を知りたいとき

自分の身長や体重などを測ってみたいとき、休み時間に来てください。



心や体の勉強をしたいとき

保健室には体についての本があります。また、みなさんの質問にもお答えします。



話がしたいとき

なや悩みがある、かな、悲しい、うれしい、かんと感動した、おもしろい。そんなときに気軽に話しに来てください。



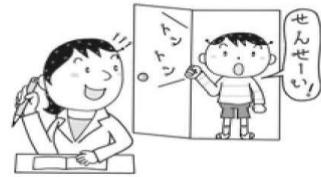
保健室利用についての約束

① 休み時間に利用しよう

（授業に遅れそうなときは、次の授業の先生に断る。）



② ノックとあいさつをして、自分の用件をはっきり言おう



③ 先生の指示を守ろう

（勝手にベッドにねころんだり、薬品や器具にさわってはいけません。）



④ 保健室に先生がいないときは職員室の先生へ申し出る



保健室で手あてを受けたときは、家の人に話しましょう。

新型コロナウイルス感染症の拡大が心配されるため、学校が臨時休業になります。ご家庭での健康管理についてよろしくお願ひします。学校が臨時休業の間も検温カードにご記入をお願ひします。

まいあさのけんこうかんさつをおねがひします。

寝起きはとうでしたか？

顔色はよいですか？

痛いところはありませんか？

食欲はありますか？



だるくありませんか？

便は出ましたか？

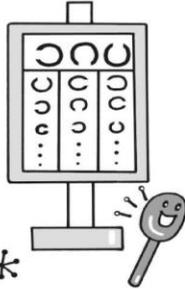
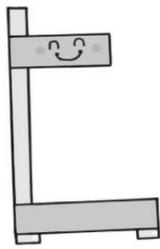
熱はありませんか？

せきはでませんか？

※ いつもと様子が違ふときは、無理をしないで様子を見てください。

けんこうしんだん
健康診断が
はじまります

【健康診断を受けるときの注意】



• つめ切り、耳そうじなどは
必ず忘れずに。

• お風呂に入って体を
せいけつにしておきましょう。



• めがねを使っている人は、
忘れずに持ってきてください。



～ お願いします。～

学年だよりでお知らせしました健康診断の日程が変更になります。決まりましたら順次お知らせしますので、よろしくお願ひします。また、健康状態に不安がある場合や見えにくさ・聞こえにくさなどいつもと違いを感じる場合などは、学校での検診を待たずに受診をお願ひします。