

「ほっ」❤️とする保健室からのほけんだより

ほっとけんしつ

令和6年4月12日
第 1 号
牛島小学校保健室

おうちの人とよみましょう

入学・進級おめでとございます

牛島小学校のみなさん。入学、進級おめでとございます。始業式に元気に笑顔いっぱいであいさつをしてくれた人がたくさんいて春休み中も規則正しい生活や感染症対策をしっかりと行って体調を崩さず過ごすことができたと感じました。新しいクラスでのスタートでは、新たな目標を掲げて健康で楽しい1年間にしましょう。

牛島小学校保健室はみなさんが元気に学校生活を送れるよう、今年度も笑顔で「ほっ」とする保健室づくりしていきます。保健室から「ほっとけんしつ」（ほけんだより）をお届けします。ホームページにも掲載しますので、おうちの方と一緒に読んでください。

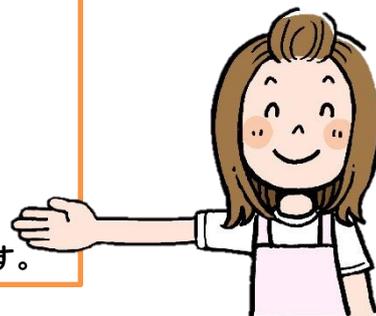
保健室の（ ）です。牛島小6年目になりました。

今年度の保健室づくりの目標は

- ①しんしみをこめたあいさつとみなさんの話をたくさん聞ける保健室
- ②ぶちぎりの誰にも負けない笑顔で対応し、安心して教室に戻れる保健室
- ③やさしく、時には厳しく

牛島小学校のみなさんが心も体も元気になれる保健室

一年間よろしくお願ひします。



今年度お世話になる学校医の先生の紹介

内科・歯科・眼科の先生方は健康診断でお世話になります。薬剤師の先生には、学校環境や保健学習でもお世話になります。

科目	医師名	病院名
内科	先生	
	先生	
歯科	先生	
	先生	
眼科	先生	
薬剤師	先生	

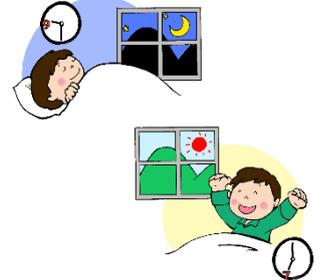


裏面をごらんください

自分の体を知ろう



4月から健康診断がはじまると検査や健康診断を通して今の自分の体の状態がどうなっているか気付くことができます。例えば、視力検査があって久しぶりに視力表を見たら前よりも見にくくなったことで現在の状態を知ることができます。原因を考えたり、治療をしたり、早めに目を休めたりすることでより元気な生活が送れます。



新しい環境になり、体は思った以上に疲れています。規則正しい生活習慣や今の自分の体の状態をおうちの人や先生にしっかり伝えられるようになりましょう。

【保護者のみなさま】

今年度も引き続き、ご家庭での健康観察をお願いいたします。体調が悪い場合は無理をせずご家庭で様子を見ていただけますようご協力をお願いいたします。本校ではリーバーを利用し、朝の健康状態及び出欠の確認を行っています。午前8：00までの入力をお願いいたします。



保健室ってどんなところ？



けがをしたときに
てあてするところ



ぐあいがわるいときに
やすむところ



けんこうしんだんを
するところ

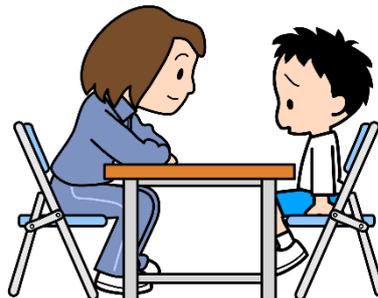


からだのふしぎを
しらべるところ

ほんがあるよ



なやみやそうだんした
いときにくるところ



どうしたのか
くわしく教えてね

いつ

どこで

どうしていたら

どこが

どうなった

