

保健だより 4月



令和5年4月10日
さくら市立氏家小学校

入学・進級おめでとうございます!

新学期が始まりました。新しい先生や新しい友だちとの出会いにうきうきわくわくしますね。
「早寝、早起き、朝ご飯、適度な運動」を心がけて元気に過ごしましょう。
今年もみなさんが元気で健康に過ごせるよう、「保健だより」等を通し、健康についての情報をお知らせしていきます。よろしくお祈りします

4月の保健目標：自分の体を知ろう

規則正しい生活で
健康な体づくり!!



健康ってなんだろう?

体の健康

病気や
ケガなく
過ごせること

心の健康

いきいきと
自分らしく
いられること

生活の健康

友だちや家族と
いい関係で
いること



保健室は、みなさんが「健康」でいられるよう、お手伝いするところ。ケガをしたときだけでなく、困っていること、聞きたいことがあるときも、ぜひ来てくださいね。

おせわになります!

学校医の先生方

ない	か	もりしま	まこと	せんせい
内	科	森島	真	先生
		ねもと	ゆうた	せんせい
		根本	裕太	先生
がん	か	はやさか	せいじ	せんせい
眼	科	早坂	征次	先生
し	か	すぎうら	かずあき	せんせい
歯	科	杉浦	一明	先生
		きくち	きみはる	せんせい
		菊地	公治	先生
やくざいし	さとう	けんたろう	せんせい	
薬剤師	佐藤	健太郎	先生	

健康診断をはじめとする保健活動でお世話になる先生方です。会ったときはきちんとあいさつをしましょう。



健康診断が はじまります

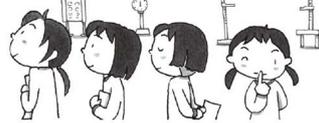
どうして毎年するの?

健康診断の目的は「どれくらい成長したか」「病気の疑いがないか」を調べること。結果をこれからの生活に役立てることも、大切なポイントです。



検診を受けるときは...

1 静かに待ちましょう



2 忘れ物に注意!
特にメガネを使っている人は忘れずに



3 邪魔にならない髪型に



～保護者の方へ～

保健室では、お子さんが心身共に元気で充実した学校生活を送れるようにサポートしていきます。年間とおして健康相談を行っていますので、気になることがありましたらご連絡ください。

朝のお忙しい時間ではありますが、引き続き家での朝の健康チェックをお願いします。熱がなくても体調が思わしくないときには無理に登校せず、自宅で休養させてくださるようお願いいたします。