

ほけんだより 4月

H31.4.17(水)
ほけん室

中央 小学校

平成31年4月、70名のかわいい年生が入学して
きました。4月10日月曜日から427名中央小が
スタートしました。いよいよ5月1日から**令和**
が始まります。

～入学・進級 おめでとうございます～

※身体測定が始まりました。



健康診断がはじまります

<p>準備はOK? 健康診断 スケジュール</p> <p>日程と、受ける前の注意点を チェックしましょう!</p>	<p>身体測定 4月9日(火) ～1～6年生 4月19日まで</p> <p><input type="checkbox"/>体操服を用意しましょう。 <input type="checkbox"/>髪の高い人は、横で2つに まとめておきましょう。</p>	<p>内科検診 4月22日(木) 23日(火) 5月10日(金)</p> <p><input type="checkbox"/>お風呂に入って体を清潔に しましょう。 <input type="checkbox"/>朝ごはんを食べましょう。</p>
<p>歯科検診 4月26日(金) 全学年</p> <p><input type="checkbox"/>朝、歯をみがきましょう。 給食後に検診のある人は、 歯ブラシセットを忘れずに!</p>	<p>眼科検診 5月31日(金) 6月4日(火) 全学年</p> <p><input type="checkbox"/>目を休めましょう(テレビ やゲームを長時間しない) メガネを使っている人は、い つものメガネを忘れずに!</p>	<p>耳鼻科検診 月 日() 年生</p> <p><input type="checkbox"/>耳鼻そうじをしておきましょ う。 <input type="checkbox"/>鼻をかんでおきましょう。</p>
<p>心電図検査 5月14日(火) 1年生</p> <p><input type="checkbox"/>脱ぎ着のしやすい服を着ま しょう。 リラックスして受けましょ う!</p>	<p>尿検査 4月18日(木) 全学年</p> <p><input type="checkbox"/>忘れられないように、前の日にト イレにコップを置いておきま しょう!</p>	<p>連日検査が続 きます。 ご協力よろしく お願いします!!</p>

尿検査

4/17(水)に尿の容器をお子さまに持たせています。

コップ、容器、シール(容器に貼ってください)、プリントを配りま
す。(袋(白))



1. 前日は、お風呂に入り体をきれいにして検査を受けましょう。
2. 最初の尿はコップに入れず、少し尿を出してからコップにとりましょう。
3. 18日(木)に持たせてください(学校へ)。ビニール袋ははき出しです。

1年生は、新しい環境になれるまでつかわれています。健康観察を

毎朝チェックしよう!

寝起きはよかったですか? 食欲はありますか?

何時に寝ればスッキリ起きられるかな? 脳やからだのエネルギーになる糖質はおすすめ

熱っぽくないですか? ウンチはありましたか? 頭やお腹、他にも痛いところはありませんか?

自分の平熱を知っておきましょう 朝ごはんの後に「トイレ」の習慣をつけてみよう からだの声には、きちんと耳を傾けよう

インフルエンザは今のところ0人です。

しかし、発熱でお休みする人がいます。どうか健康管理をお願いします。