



2021年（令和3年）  
4月 NO. 1  
福山市立鞆の浦学園  
ほけんしつ



入学・進級おめでとうございます。新しい学年で頑張りたいことを決めている人も多いと思います。元気に毎日を過ごすために、朝ごはんはとても大切です！しっかり食べて、脳とからだにパワーをチャージしましょう。

鞆の浦学園のみなさんが、健康に過ごせるように、保健室からお手伝いしていきます。よろしくお願いします。

養護教諭 深本 祐希美

## いい生活リズムをつくらう！



決まった時間に起きよう！



朝ごはんを食べよう！



早ねをしよう！



歯みがきをしよう！



### ①こまめに石けんで手洗いをしよう

ご飯を食べる前や、外から帰った後、トイレの後など、必ず石けんで手を洗いましょう。

### ②咳エチケットをしよう

マスクを着けて、口と鼻をしっかりとおいましよう。（マスクがない時は、ハンカチなどを使いましょう。）

### おうちの方へ

子どもたちが安心して学校生活を送ることができるよう、**登校前に毎朝の検温と健康観察をお願いします。**新学期の最初の登校日に、「健康観察カード」を配布しますので、検温・体調不良の有無などの確認と記入をお願いします。

★発熱等のかぜの症状（咳、鼻汁、咽頭痛、頭痛、腹痛等）がみられる場合は、無理をせず、自宅で休養してください。⇒出席停止になります。病欠ではありません。

## 提出物のおねがい！

提出物の多い年度はじめですが、一年間、学校生活を元気に過ごすことができるように、次のものについて提出をお願いします。



| 提出物              | 留意事項                                                                        |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 保健調査票            | 必要事項について、 <u>新学年</u> の欄に記入して下さい。<br><b>※アレルギーがある場合、症状や手当の方法などをお知らせください。</b> |
| スポーツ振興センター加入同意書  | <b>押印が必要です。</b> 薬のアレルギーの有無についても必ず記入して下さい。掛金は納金で集めます。                        |
| 結核問診票            | 健診を正しく受けるため、 <u>全ての項目に記入をお願いします。</u>                                        |
| 運動器検診問診票         |                                                                             |
| 心電図検査台紙          | <b>押印が必要です。</b><br>アルコール使用について記入して下さい。                                      |
| 心電図検査アルコール使用について |                                                                             |

★提出しめきり **4/9(金)まで**

※太枠部分は1・7年生のみ

## 定期健康診断がはじまります！

みなさんが今年一年、元気に学校生活を送ることができるように健康診断がはじまります。くわしいことは、次のほけんだよりでもお知らせします。

|      |   |              |                |                                                                                                                                            |
|------|---|--------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4/ 8 | 木 | 視力・聴力検査      | 3～6年生          | <b>●ハンカチ</b> を持ってきてください。（メガネが必要な人は、持ってきてください）<br><b>●耳そうじ</b> をしておいてください。<br><b>●かみの毛をむすぶ人は、横でむすぶようにしてください。</b><br><b>●体操服</b> を持ってきてください。 |
| 9    | 金 | 〃            | 1・2年生、つくし・たんぽぽ |                                                                                                                                            |
| 12   | 月 | 身体測定、視力・聴力検査 | 後期課程           |                                                                                                                                            |
| 13   | 火 | 身体測定         | 前期課程           |                                                                                                                                            |

