

4月のほけんだより

2022年(令和4年)
4月 NO. 2
福山市立鞆の浦学園
ほけんしつ

新学期が始まって2週間がたちましたが、みなさん元気に過ごしていますか？早ね・早起き・朝ごはん、かぜに負けない体づくりを続けていきましょう。

さて、保健室のそばには、2年生が育てているチューリップがきれいに咲いています。花言葉は「思いやり」だそうです。「思い」は目に見えないけれど、言葉や行動にすることで思いやりは伝わります。新しい学年でも、みんなが相手を思いやれるといいですね！



健康診断 4つのステップ

毎年4月に必ず
ある「健康診断」。

こんな4つのステップを意識して受けてみてくださいね。



考える 保健調査票を記入して、ふだんの健康の様子を振り返りましょう。

知る いろいろな検査や検診で、自分の成長や健康の様子を知りましょう。

守る 詳しい診察や検査が必要なときはきちんと受けて、自分の健康を守りましょう。

学ぶ より健康に過ごすために必要なことを学んでいきましょう。

みなさんの健康への興味がアップすればうれしいです。



～コロナ対策をしながら健康診断を受けよう！～

- ★健康観察カードで健康チェックをしよう(具合の悪い人は受けられません)
- ★マスクを着けて受けよう
- ★自分の名前や「お願いします」は言わない(かならず名札を着けよう)
- ★健診前に、石けんで手洗い・アルコール消毒をしよう
- ★間隔をあけて、静かに並んで待とう

＜4月の健康診断の予定＞

4/20	水	歯科検診	全学年
26	火	尿検査	全学年
27	水	心電図検査	1・7年
〃	水	尿検査 予備日	26日に出していない人

あすは。

歯科検診

があります！

4月20日(水) 13:30～
場所：多目的ホール



むし歯や歯ぐきの病気、歯並びや噛み方など、治療が必要なところがあるかどうかについてみていただきます。

- ★給食を食べた後に、ていねいに歯みがきをしておきましょう。
- 歯みがきセットを持ってきましょう。

給食後の歯みがきスタイル

新型コロナウイルスに気を付けよう！

- 手洗い場が混まないようにしよう。
- 歯みがき中のおしゃべりはやめよう。
- 歯みがき中は口をとじて。前歯のうらは、口を手でおおってみがこう。
- ブクブクがいは少ない水で1～2回。はきだすときは低いところでゆっくりと。
- 歯ブラシはよく洗って水を切ってかわかしてからしまおう。

(日本学校歯科医会 HP より)