

すこやか



令和5年4月12日(水)
石垣市立名蔵小中学校
NO.1 保健室

*おうちの人と読みましょう

4月の保健目標「自分の体を知ろう」

入学・進学おめでとうございます！

養護教諭の三島亜希です。今年度もよろしくお願ひします。
名蔵小中学校のみなさんが元気に学校生活を過ごせるように保健室から応援していきます！



ほけんしつ くる トキ



担任の先生やクラスの友だちに伝えてから来てください。「ケガをした」「頭が痛い」など、理由も言っておきましょう。

ほけんしつ はい トキ・出る トキ



出入りするときはあいさつをしましょう。休んでいる人もいるので、声の大きさに気をつけて。

ケガをした トキ



すり傷ができてしまったら、ケガのまわりの土や汚れを洗ってから来てください。ゴシゴシ洗わなくていいですよ。

なや 悩みごとがある トキ



体のこと、心のこと、気になっていることがあるときは、保健室に相談に来てください。

健康診断

がはじまります

からだの発育を知ったり、病気や異常がないかを調べたりする大切な検査です。

忘れ物に注意



静かに待ちます



友だちの結果を見たり、からかったりしません



学校医の先生にあいさつしましょう



項目／日にち	検査の内容	備考
◎身体計測 4月12日(水)小学生 4月13日(木)中学生	身長・体重測定を行い、成長の様子を調べます。	体育着で行います。
◎歯科検診 4月20日(木)	歯や口の中に病気や異常がないかを調べます。	朝の歯みがきを忘れずに!
◎視力・聴力・心電図検査 4月21日(金)	見え方、聞こえ方に問題がないか、心臓に病気や異常がないかを調べます。	視力: 全員 聴力: 小1~3年生と5年生 中1・3年のみ 心電図: 小中1年生のみ
◎尿・ぎょう虫検査提出日 4月25日(火)26日(水)	じん臓に病気がないか、ぎょう虫卵がないか調べます。	尿検査: 全員 ぎょう虫検査: 小1~3年生のみ
◎内科検診・結かく検査、 運動器検診 5月8日(月)	心臓や肺などの体の状態や皮ふの様子、手足の骨や関節、筋肉に異常がないかを調べます。	体育着で行います。

健康診断の前に注意してほしいこと



お風呂に入って清潔に
耳垢や爪もチェック!



早く寝て体調を整えよう
朝食を食べよう



メガネやコンタクトなど
検査に使うものを忘れずに



目や耳にかかる髪は
まとめたり留めたりしよう