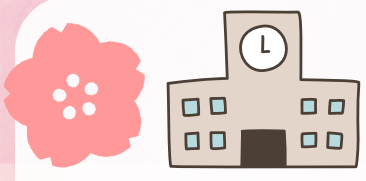


ほけんだより 4月

令和8年4月
南城市立百名小学校
保健室



にゅうがく しんきゅう
入学・進級
おめでとうございます



しんねんど
新年度がスタートしました。あたらしいかんきょう
新しい環境にワクワクドキドキ、すこきんちよう
少し緊張もあるかもしれ
ませんね。つかれたなと思つたら、はやめにねむ
疲れたなと思ったら、早めに眠るようにしましょう。
せいかつ ととのげんき
生活リズムを整えて元気にすごせるといいですね。ほけんしつ ねんかん
保健室から1年間、みなさんがげんきで
たの がっこうせいかつ す
楽しく学校生活を過ごしていけるようにサポートしていきます♪

4月のほけん目標

けんこう しんだん じぶん
健康診断で自分のからだを知ろう！

けんこう しんだん はじ
健康診断が始まります！

けんこう しんだん じぶん からだ し
健康診断は自分の体を知るチャンス！
けんこう かんしん しょくじ すいみん せいかつ
健康に関心をもち、食事や睡眠、生活
リズムを見直すきっかけにしてください
ね。じゆしん ちりよう ひつよう ばあい はや
受診や治療が必要な場合は、早めに行
くようにしましょう。

令和8年度 健康診断日程

発育測定	4/13(月)～4/17(金)	全学年	体育着持参
尿検査(回収)	4/23(木)・4/24(金)	全学年	検査キット配布4/22(水)
心電図検査	4/28(火)	1年生	体育着持参
聴力検査	5/12(火)	1・2・3・5年	
耳鼻科検診	5/13(水)	全学年	
視力検査	5/15(金)	全学年	メガネ忘れずに！
歯科検診	5/21(木)	全学年	はみがき忘れずに！
内科検診	5/27(水)	1・2・3年	体育着着用
	6/3(水)	4・5・6年	

健康診断

3つの約束
みんなが
気持ちよく検査できるように
必ず守りましょう

あいさつをする

がっこういせんせい
学校医の先生はみんなの体が元気なのかしら調べてくれます。みてもらう前と終わった後にはきちんとあいさつをしましょう。



体の情報はひみつにする

からだけんこうようす
体や健康の様子はたいじごしんじようほう
大事な個人情報です。友だちの結果を勝手に見たり、話したりしないようにしましょう。



しずかに待つ

まわりがうるさいと、せんせいからだの音を聞きとれなかったり、友だちが耳の検査で困ったりして、けん診ができません。

