



播磨小学校



入学、進級おめでとうございます。

新しい友だちや先生との出会いに ときどきわくわくしていることでしょう。勉強や、運動をがんばったり、友だちとたのしくあそぶためには、体が「元気」であることが大切です。

4月はつかれやすいので、夜は、早くねて、しっかり朝ごはんを食べて体のちょうしをととのえて 元気にすごしましょう！



新しい学年のはじまりは、生活リズムをととのえるチャンスです。しっかりすいみんをととり、朝ごはんを食べて1日を元気にスタートしましょう！

健康診断が大切な理由は



R6 健康診断日程

月日	検診項目	学年
4月11日(木)	身体測定	3.4. 5. 6年
4月12日(金)	身体測定	1. 2年
4月15日(月)	視力検査	6年
4月16日(火)	視力検査	5年
4月17日(水)	視力検査	4年
4月18日(木)	視力検査	3年
4月19日(金)	視力検査	2年
4月22日(月)	視力検査	1年
4月25日(木)	眼科検診	全学年
4月30日(火)	聴力検査	5年
5月 1日(水)	聴力検査	3年
5月 7日(火)	聴力検査	2年
5月 8日(水)	聴力検査	1年
5月10日(金)	歯科検診	3・2年
5月13日(月)	内科検診	6・1年
5月14日(火)	歯科検診	5・4年
5月15日(水)	尿検査(1日目)	全学年
5月16日(木)	尿検査(2日目)	全学年
5月17日(金)	耳鼻科検診	1・4年
5月20日(月)	内科検診	3・2年
5月21日(火)	歯科検診	6・1年
5月22日(水)	内科検診	5・4年
5月23日(木)	心臓検診	1年、その他
5月27日(月)	色覚検査	4年(希望者)
5月29日(水)	尿2次	尿再検者

こんなときは、保健室に来てください！

- ★けがをしたとき  
手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。
- ★具合が悪くなったとき  
しばらく休めばよくなりそうなときはベッドで様子を見ます。
- ★なやみや相談したいことがあるとき  
なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談にのります。
- ★からだや健康について知りたいとき  
保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。

健康診断を受けるときの注意

- 体操服を用意する
- 校医の先生にしっかりあいさつをする
- メガネを使っている人は忘れずにもってくる
- じゃまにならない髪型にする
- 体をせいけつにしておく
- 前の日は早く寝て体調をととのえる
- お風呂
- 歯みがき
- 耳そうじ