

保健だより

春休み前
特別号

令和3年3月26日発行
日南市立大窪小学校保健室

令和2年度が終わりました！

4月からはひとつ上の学年に上がり、また新しい1年が始まります。みなさんは、この1年間でどのような思い出ができましたか？

保健室では、毎朝みなさんの元気なあいさつから1日が始まり、笑顔いっぱいの毎日を過ごすことができました。6年生が卒業してさみしくなりますが、新2～6年生のみなさんで大窪小をもっとすてきな学校にしてくださいね。



はるやす しながつき じゅんぴ きかん 春休みは新学期の準備期間



歯などの治療を

済ませましょう



新学期の準備は

OK？



元気に遊んで

体力をつけよう

なぜ？

花粉症？

セルフ

チェック表

花粉症	くしゃみ	なぜ
何度も出る		ときどき出る
さらっとしている	はなみず 鼻水	だんだん粘り気が 強くなる
かゆみが出ることもある	め 目	かゆみが出ることは ほとんどない
ほとんどない	せき せき	よく出る

セルフチェックをして、
自分の体調を知りましょう。
症状がある人は、早めに
専門医を受診しましょう。





けんこうしんだん について 健康診断の日程



しんがつき はじ けんこうしんだん おも について し
新学期が始まると、健康診断があります。主な日程をお知らせしますので、おうちの方と確認しておきま
しょう。また、変更になった場合は、ほけんだよりでお知らせします。

◎ 保健調査票

配付 4月7日(水) 回収 4月9日(金)

◎ 身体計測・視力検査

4月13日(火)

全学年

たいいくふく
体育服をわすれずに！

◎ 尿検査

配付 4月19日(月) 回収 4月20日(火)

全学年

◎ 聴力検査・眼科検診

4月23日(金)

全学年

みみ
耳そうじをしておこう！

◎ 内科検診

4月27日(火)

全学年

たいいくふく
体育服をわすれずに！

◎ 歯科検診

5月17日(月)

全学年

16日の夜、17日の朝は、はみがきをしっかりと！

◎ 耳鼻科検診

5月18日(火)

3・5年生

かみ の 毛 が 耳 にかからないようにしましょう！



保護者のみなさま



本年度も大変お世話になりました。

春休みは、一年間の成長や頑張ったことなどを話していた
だきながら、新しい年度にむけての準備をお願いいたします。

一年間、毎日の朝の健康観察や提出物など、様々なことに
ご協力いただきありがとうございました。来年度も引き続き
よろしくお願いいたします。

養護教諭 蓑毛 友李



ほけんしつ しゅくだい 保健室からの宿題

① けんこうせいかつ
健康生活ふりかえりシート

② けんこうかんさつ
健康観察カード

4月7日(水)に

ていしゅつ
提出してください！