



ほけんもくひょう
今月の保健目標
けんこうしんだん ただ う
健康診断を正しく受けよう

かぜ こ にゅうがく しんきゅう
風っ子のみなさん。入学・進級おめでとうございます。

これから始まる日々はじ ひびにドキドキ・ワクワクしているのではないのでしょうか。

じゅうじつ がくねん じぶん まわ ひと からだ こころ おも
充実した学年にするために、「自分と周りの人の体・心を思いやること」「自分で進んで健康な
からだ こころ つく たいせつ
体と心を作っていくこと」を大切にしていきましょう。



けんこうしんだん じょうず う
健康診断を上手に受けるために…

わすれもの ちゅうい
①忘れ物に注意!

たいそうぶく たいせつ
体操服、めがね、コンタクト

②しっかり身支度

は 歯みがき、髪型



③手紙をおうちの人に、必ず渡そう

けんこうしんだん けっか いじょう うたが ばあい
健康診断の結果、異常の疑いがある場合のみ、
けっか てがみ くば
結果の手紙を配ります。

いじょう ひと がつ けんこう きろく けっか し
異常がない人には、7月に「健康の記録」で結果をお知らせします。

がんかけんしん じび かけんしん
●眼科検診、耳鼻科検診

かみ め みみ
髪は目と耳にかからないように。

●身長

ポニーテール、おだんごは×
ひく いち むす
低い位置で結ぶ。



ほけんしつ
保健室って、どんなところ？



てあて
けがの手当をする



たいちょう わる やす
体調が悪いときに休む



からだ こころ まな
体や心を学ぶ



そうだん
相談をする

けがをして、保健室に行くその前に…

●血が出ていたら…

きれいなハンカチやティッシュなどで、
きすぐち お
傷口を押さえましょう。



●傷口が汚れていたら…

傷口にたっぷりの
すいどうすい あ
水道水を当てながら、
じぶん てゆび よこ
自分の手指でよく汚れを
おと
落としましょう



そうだんばこ

ほけんしつまへ
保健室前にあります。
ちやくせつそうだん
直接相談しにくいことは
「そうだんレター」に書いて
ポストに入れてください



からだ こころ けんこう じぶん ちから
体と心の健康は自分の力でつくれます。
どうすればよりよくなるのかな？
けがをしたり、げんき りゆう なに
元気がない理由は何かな？
いっしょ かんが
一緒に考えていきましょう♡

