

# ほけんだより



上尾市立芝川小学校

令和6年4月



HPはこちらのQRコードから

## 入学・進級 おめでとうございます



入学、進級おめでとうございます。これから1年間、心も体も元気に、笑顔でみんなが過ごしていけるといいですね。

ほけんだよりでは1年間、みなさんの心と体の健康について考え、たくさんの情報を提供していきたいと思っています。おうちの人と一緒に読んでください。



## 学校医の先生方をご紹介します



- 【内科】武重 直敏先生(武重外科・整形外科) 江口 謙一先生(江口医院)
- 【耳鼻科】松本 千織先生 (きたあげお耳鼻咽喉科クリニック)
- 【薬剤師】佐藤 克美先生(センター薬局)
- 【歯科】湯本 千秋先生(湯本歯科医院) 松本 清一先生(松本歯科医院)
- 【眼科】中田 吉則先生 (三愛上尾眼科医院)

健康診断や保健管理、環境衛生検査などでお世話になります。



## 健康診断がはじまります



4月からいろいろな健康診断を行います。自分の体の様子を知る良いチャンスです。忘れものなどをしないように、確認して検査を受けるようにしましょう。健診の項目によって保健調査や問診票があります。記入もれがないか確認をして提出してください。

### 4月の保健関係行事予定 (学校行事等の関係で変更になる場合もあります。)

4/10	身体測定456年	4/19	視力検査5・6年
4/11	身体測定123年なかよし	4/22	視力検査4年・色覚検査4年希望者
4/12	心臓検診1年	4/23	眼科検診(全学年)
4/15	聴力検査5年	4/24	視力検査なかよし・1年
4/16	聴力検査3年	4/25	聴力検査なかよし・1年
4/17	聴力検査2年	4/26	心臓検診予備日(該当者)
4/18	視力検査2・3年	4/30	尿検査回収日(全学年)



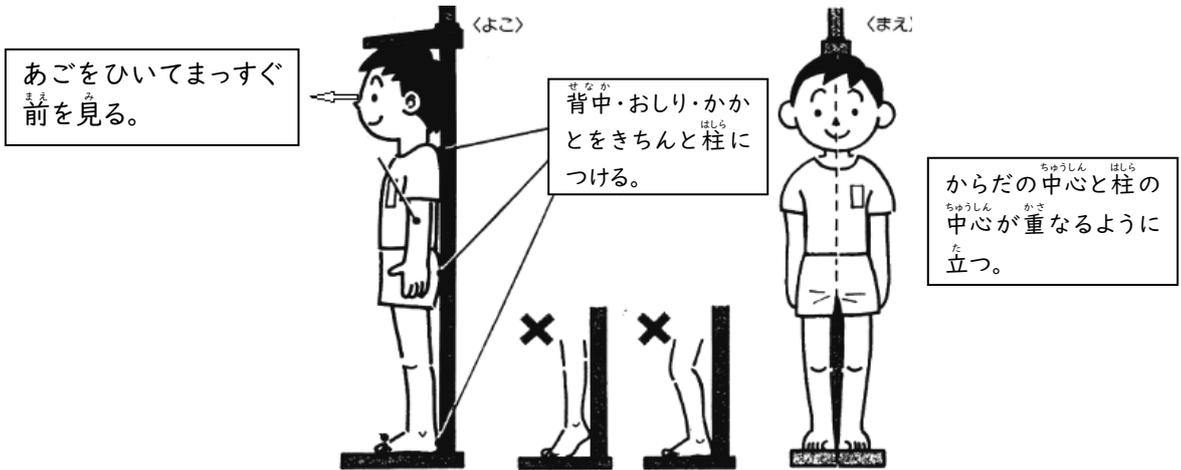
お願い 芝川小学校では、欠席等の場合、さくら連絡網にて連絡をいただいています。その際、備考欄に欠席理由(発熱、腹痛等)をご記入ください。ご協力をよろしくお願いいたします。

# 身体測定を正しく受けよう

定期的に行っている身体測定は、自分の体がどれくらい発達したかを知るために、とてもよい目安になります。

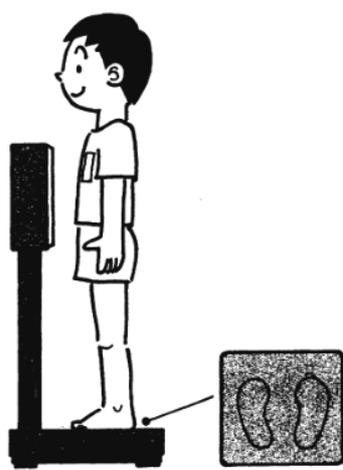
正しいはかり方を覚えて、正確な記録を残せるようにしましょう。

## 身長のはかり方



## 体重のはかり方

体重計の足型に合わせてのる。乗りおりは静かにする。



## 脊柱のはかり方

①両方の手のひらをあわせてゆっくりとおじぎをする。

②うしろをむいて気をつけをする。(肩の力をぬく)



せなかの高さのちがいをみます。



かたの高さ・けんこうこつの高さ・こし腰の左右のちがいをみます。