

# あさひほけんだより

おうちの人といっしょによみましょう

令和5年 4月12日  
横浜市立 旭小学校  
校長 益子 照正  
養護教諭 堀江 菜央

## けんこうしんだんってなんのためにするの？

病気や調子のわるいところはないかを「**みつける**」

からだのせいちょうのようすを「**しる**」

からだやこころのけんこうについて「**まなぶ**」

自分のからだに興味をもって受け、健康になるための目標を決めてみましょう！



## おねがい「みない」「いわない」「きにしない」

ほかの人のようすや結果をのぞいたり、からかったりすると、された人はきずつく  
かもしれません。それぞれ、からだ・健康の状態や成長はちがっていてあたりまえで  
す。(5、6年のみなさんは4年の保健で「個人差」について勉強しましたね！)  
自分のからだを知って、成長やからだの調子をたしかめましょう。

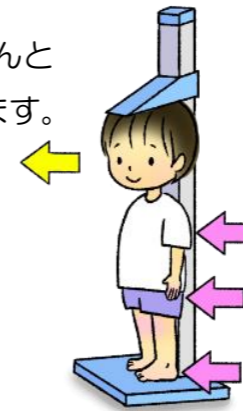
## 身体測定の日程

身体計測 場所:保健室		行事 予定	1校時	2校時	3校時	4校時
日にち	学年		⑧8:45~ ⑨9:10~	⑧9:35~ ⑨10:00~	前10:40~ 後11:05~	前11:30~ 後11:55~
4/13(木)	6年 5年	給食開始	6の1	6の2 6の3	5の1 5の2	5の3 5の4
4/14(金)	4年 3年		4の1	4の2 4の3	3の1 3の2	3の3 3の4
4/17(月)	2年 個別級	朝会 創立記念式		2の1 2の2	2の3 2の4	7組低学年 7組高学年
4/18(火)	1年	学習状況調査 (6年)		1の1 1の2	1の3	
欠席者 4/20(木) 中休み:4~6年 ロング昼休み:1~3年、個別級						

## 身体測定(身長、体重)があります

### 身長のはかりかた

背中、おしり、かかとがきちんとはしらにつくように立ちます。  
かるくあごをひいて、まっすぐ前をみて、体を動かさないようにします。



### 体重のはかりかた

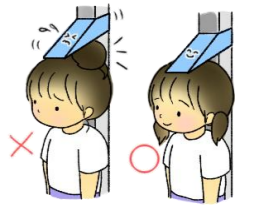
体重計の真ん中にのります。のりおりはしすかにしましょう。まっすぐ前をみて、体を動かさないようにします。



☆前の日は、お風呂に入り体をきれいにしてください。

☆あいさつをしっかりとしましょう。

☆髪の長い人は、頭のうえで髪をむすばないようにしましょう。



保護者の方へ

## 健康診断が始まります

4月から6月にかけて、学校ではいろいろな検査や健診が行われます。できるだけプライバシーに配慮しながら進めていきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

○なんらかの事情により、検査・健診を受けない、希望しないという場合、またはご不明なことや健診を受ける上で配慮が必要なことがあれば、遠慮なく学校までお知らせください。

○健康診断では、ただ単純にからだの健康チェックをするだけでなく、子どもたちが自分のからだのことを知ったり、より健康になろうとする意識を高めたりする機会になることをねらいとしています。

○学校での健康診断は、お子さんが学校生活を送るにあたり支障がないかどうかについてス

クリーニングし、現在の健康状態を把握するという目的があります。病院のように設備や環境が整っていないため、事後に病院を受診していただいた際に「異常なし」と診断されることもありますが、ご理解の程よろしく願いいたします。