



令和8年4月7日
大田区立清水窪小学校
校長 志賀 克哉
養護教諭 山本 順子

にゅうがく しんがく
入学、進学おめでとうございます。

あたが がっこう あたら あたが とも いっき
新しい学校、新しいクラス、新しい友だち。一気に
かんきょう か だれ きんちょう
環境が変わると、誰でも緊張しますよね。もしそう
かん ひと かんたん はじ
感じている人がいたら、こんな簡単なことから始めて
みてはいかがですか？

♪あいさつをしよう あいさつをされるのは誰で
もうれしいものです

♪えがお
笑顔でいよう ニコニコしている人には
はな
話しかけやすいですよ

ドキドキの数だけ新しい出会いがあります。

こんねんど ねが
今年度もよろしくお願ひします。



お知らせ

日本スポーツ振興センターの 災害共済給付制度について

学校の管理下で起きたケガについては、大田区の④医療ではなく、日本スポーツ振興センターが適用となります。医療機関で専用の用紙に記入してもらい、なかなか治療費が入金されない、等手間がかかりますが、一定金額以上だと窓口で支払った治療費(医療費の3割負担分)プラス「お見舞金」(医療費の1割)が合わせて入金されます。また、後遺症が残ってしまった場合でも、障害見舞金が出ます。医療機関を受診した際は、大田区の④医療制度を使わず、窓口で一旦自己負担分をお支払いいただき、給付の申請を学校の方にしてください。

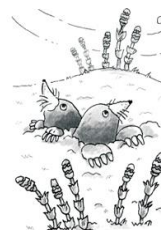
—保護者の方へ—

保健調査票(結核検診問診票も兼ねる)、家庭緊急連絡票(1・3・5年生は新しい用紙、2・4・6年生は昨年の用紙に変更がある場合は赤で訂正)の記入をお願いいたします。

一緒にお配りした封筒に入れて10日(金)までに提出してください。また、心臓検診調査票(1年生のみ)も一緒にお配りした封筒に入れて10日(金)までに提出してください。

提出までの期間が短くご迷惑をおかけしますがよろしくお願ひいたします。

※保健だよりは4月のみ紙ベースでお配りします。5月以降はホームページをご確認ください。

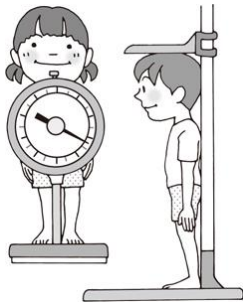


けんこうしんだんはじ
健康診断始まります



はついくそくてい
発育測定

13日(月) 1.2.3年
14日(火) 4.5.6年



しりょくけんさ
視力検査

15日(水) 5.6年生
16日(木) 3.4年生
17日(金) 1.2年生

メガネを持っている人は
忘れずに持ってきてください



ちようりょくけんさ
聴力検査

20日(月) 3.5年生
21日(火) 1.2年生
※4.6年生は行いません



じんぞうけんしん にようけんさ
腎臓検診(尿検査)

ていしゅつび
提出日 4月27日(月)

きざい
器材は23日に
はいふ
配布します



しんぞうけんしん しんでんず
心臓検診(心電図)

28日(火) 9:00~
1年生



じびかけんしん
耳鼻科検診

30日(木) 全学年
8:40~



じぶん からた みみ かねお
自分の体に耳を傾けて

はる す
春は過ごしやすいというイメージがありますが、意外と体調を崩しやすい季節です。

かんたんさ おお
寒暖差が大きい

きおん へんか たいおう
▶気温の変化に対応するために、体が疲れやすくなる

しんがく しんきゅう など せいかつ へんか
進学・進級などで生活が変化する

し じ
▶知らず知らずのうちに緊張したり、ストレスを感じる場面が多くなる

かた きのう
体の機能をコントロールする自律神経が乱れ体調を崩しやすい!!

- まいにちおな じかん お
毎日同じ時間に起きよう
- さんしょく
三食バランスよく食べよう
- てきど うんどう
適度に運動をしよう
- すいみん
睡眠をしっかりとうろう

