

ほけんだより 4月

No.1
令和7年4月9日
本地小学校保健室

保護者の皆様へ

健康診断の詳しい説明は裏面へ！

1ねんせいのみなさん、にゆうがくおめでとうございます。2～6年生のみなさん、進級おめでとうございます。

環境が変わる4月は、「初めまして」がいっぱいですね。慣れない環境や新しい友達との出会いに、不安な気持ちになるかもしれませんが、ちょっとした冒険に出るつもりで、まわりを見てみませんか。「初めまして」は新しい自分に出会えるチャンスでもあります。「おはよう」と自分から挨拶したり、何か新しいことにチャレンジしたりすると何かかきと変わるはず。前向きな気持ちで、毎日を楽しみましょう。



今年度の健康診断の予定



日にち	検査	対象	お世話になる先生
4月11日(金)	身体測定、視力検査 聴力検査	全学年 1・2・3・5年生	
4月15日(火)	尿検査 1回自回収	全学年	
4月23日(水)	眼科検診	全学年	こもりクリニック 小森医師
4月30日(水)	心電図検査	1年生	
5月29日(木)	尿検査 2回自回収	必要な人	
5月30日(金)	内科検診 (結核検診・四肢の検査)	全学年	立川医院 立川医師 (校医)
6月 9日(月)	耳鼻科検診	全学年	いしばし耳鼻咽喉科 石橋医師
6月12日(木)	歯科検診	全学年	ありた歯科医院 有田歯科医師 (校医)
10月	視力検査	全学年	
11月	歯科検診	全学年	
12月	色覚検査	希望者	

※身体測定は、7月・9月・1月・3月にも実施します。

○身体測定について

- ・服装は体操服の半そで・半ズボンで、ソックスを脱いで測定します。
- ・聴力検査を行うため、前日までに耳掃除を済ませてください。
- ・視力検査は、昨年度の結果をもとにいていないに測定し、視力が低下した人は、後日再検査をします。
- ※検査結果は、全員の視力検査と再検査(必要な人)が終わった時点で、配布します。

○持ち物について

- ・身体測定、内科検診、心電図(1年生)は、体操服を着用して実施します。半袖半ズボンを持参してください。

○色覚検査について

平成28年度より希望者に色覚検査を行うことになりました。新入生と、これまで未検査の人に、希望調査を配布します。12月頃に実施予定です。過去に検査を受けた人で、再度希望される場合は、養護教諭にお声がけください。

○運動器にかかわる検査について

過剰な運動・運動不足などによる、運動器に関わる様々な問題が増加していることに対応するため、検査を行っています。保健調査票の整形外科の項目でチェックがあったものを内科検診時に診ていただく予定です。4～6年生は、脊柱側弯症の検査も行います。

○健康診断の結果について

医師により病院受診が必要と判断された場合は、その都度該当者にお便りを渡します。ただし、歯科検診の結果は全員にお配りします。異常がない場合は、すべての検診が終了した後、健康診断の結果を一覧にして全員にお配りします。



本地小学校3年目となりました、養護教諭の藤井美夢です。保健と給食関係を担当しています。健康な心と体づくりに向けて、子供たちと一緒に取り組んでいきたいと思っています。気になることがありましたらいつでもご連絡ください。どうぞよろしくお願いたします。



けんこうしんだん 健康診断はじまります



- 自分のからだの成長や健康状態を知るため。
- 具合の悪いところを早めに見つけて、早めに治療につなげるため。
- 自分のからだや健康について関心をもつきっかけにするため。

●どんな検診や検査をするのかな？

【眼科検診】

目の病気などがいないか調べる

【耳鼻科検診】

耳・鼻・のどの病気などがいないか調べる

【歯科検診】

歯や歯肉、歯並び、かみ合わせ、あごの関節の状態などを調べる

【内科検診】

栄養状態や皮膚、背骨や胸の骨、心臓や肺の音などに異常がないか調べる

【運動器検診】

骨や関節などの状態、痛みはないかなどを調べる

【身体計測】

身長・体重をはかる

【視力検査】

どれくらい見えているか調べる

【聴力検査】

耳がよく聞こえているか調べる

【尿検査】

腎臓病や糖尿病などの病気がないか調べる

【心電図検査】

心臓の動きや様子を調べる（1年生のみ）

※その他に、結核についての問診や保健調査なども行います。

けんこうしんだん ぜんじつ とうじつ ちゅうい 健康診断の前日、当日の注意

健康診断は、自分のからだをよく知るための大切な行事です。健康診断の前日、当日には、次のようなことに注意してください。

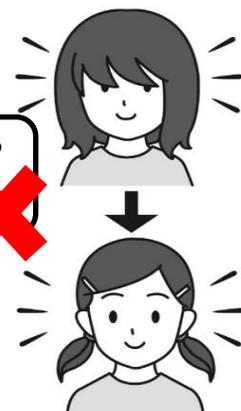
【前日】

- お風呂に入って、からだを清潔にする
- 早めに寝て、体調をととのえておく

【当日】

- 髪が長い人はじゃまにならない髪型にする
- メガネを使っている人は忘れずに持ってくる
- きちんと歯をみがいてくる
- 検査中はおしゃべりをせず、静かに並んで待つ
- 学校医の先生にきちんとあいさつをする

ポニーテールやおだんごは



- ★前髪は切るかピンでとめる
- ★低い位置で2つにおすぶ

保健室で

できることできないこと

ルールやマナーを守って、保健室を利用しましょう。緊急のとき以外は、担任の先生に伝えてから来てくださいね。

ケガの手当



一時休養



学習・質問



悩み相談



薬をもらうことはできません

継続した手当はできません

