

# ほけんだより

R8.4  
礼羽小  
保健室

おうちの人と一緒に読みましょう。

にゅうがく しんきゅう

## 入学・進級おめでとうございます。

いよいよ新学期がはじまりました。新しい友だちや先生も仲間入りして、学校の中は、新しい出会いがいっぱいですね。新しい環境にドキドキしている人もいるかもしれませんね。

保健室では、みなさんが健康に生活できるようにお手伝いします。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

### 4月の保健目標

自分の体の様子を知らう  
・健康診断を  
しっかり受けよう。



けんさ  
検査のジャマにならない  
かみがた  
髪型に  
しよう



日	内容	実施学年
9日(木)	身体測定 <半袖・ハーフパンツ の用意>	全学年
10日(金)～ 20日(月)	視力検査 <メガネを使っている 人はもってくる>	全学年
13日(月)～ 17日(金)	聴力検査	1・2・3・5年
23日(木)	色覚検査	4年希望者

※ 別紙『健康診断が始まります』に今年度実施予定の定期健康診断を一覧にまとめました。確認の上、当日欠席のないようお子様の体調に御留意くださるようお願いいたします。

配布・提出物が多くお手数をおかけしますが、御協力よろしく申し上げます。

## 4月当初の保健関係書類について

- \*保健調査票
- \*家庭環境調査票
- \*緊急時連絡カード

提出日  
4月13日(月)

保健調査票、緊急時連絡カードは、お子さんの急な発熱、けがをした時などに保護者の方と連絡をとる大切な情報です。お勤めを始めた、保険証が変わった、電話番号が変わったなど、内容に変更がある場合は訂正をしてください。また、日中につながる電話番号の記入をお願いします。

## 学校感染症について

インフルエンザ・麻疹(はしか)・流行性耳下腺炎・風疹・水痘・流行性角結膜炎・感染性胃腸炎・新型コロナウイルス感染症など…

これらは出席停止扱いとなります。病院で診断されましたら、その日のうちに学校まで連絡をお願いします。連絡がないと把握できないため出席停止にはなりません。

けん こう しん だん  
**健康診断**

こんなことを  
調べます



**身長・体重** 身体測定  
去年と比べてどれくらい大きくなったかな？ 太りすぎややせすぎではないかな？

**目** 視力検査  
眼科検診、視力検査  
見えづらくなっていないかな？  
目の病気はないかな？

**耳・鼻** 聴力検査  
耳鼻科検診、聴力検査  
聞こえづらくなっていないかな？  
病気の疑いはないかな？



**おしっこ** 検尿  
おしっこに病気のサインが  
かくれていないかな？

朝いちばんの  
おしっこを  
とってください

**歯** 歯科健診  
歯やあご、歯並びやかみ合わせの状態  
は？ むし歯や歯肉炎などはないかな？



**心臓** 内科検診  
からだの中の病気はないかな？

内科検診では、ほかにも  
目やのどの様子、皮ふの  
病気がないか、栄養状態  
なども診ています。

**骨** 運動器検診  
動きの悪いところや痛みはないか  
な？ 背骨や肩のゆがみはないかな？

**保健室にくるときには…**

担任の先生に言ってから来てくださいね。  
傷口がよごれているときは、水道水で洗ってください。

**保健室にきたときには…**

次のようなことを先生に教えてくださいね。

- ①いつ
- ②どこで
- ③どんなふうにケガをしたのか
- ④どこが
- ⑤どんなふうにいたいのか

けがをしたとき



- ①いつから
- ②どこが
- ③どんなふうにぐあいが悪いのか

ぐあいが  
具合が  
わる  
悪いとき



保健室で手当てをしたその後は、おうちで手当てをしてください。くり返し手当てをすることはできません。また、おうちなど学校外でのけがの手当ても行えませんが、おうちでの手当てをお願いします。

保健室からの  
お知らせ



# 健康診断が始まります

詳細のお知らせを  
確認してください

健康診断  
どうして健康診断をするの？

- ・体の病気や異常をはやく見つけるため
- ・自分の健康のようすを知るため
- ・健康な生活を送るために、ふだんの生活を見直すきっかけにするため

このマークがついているものは、実施日が近くなったら、「お知らせ」を配信しますので、確認をお願いします。

日付	健康診断の種類	どんなことをする健康診断なの？	気をつけること
4月9日(木)	身体測定	身長と体重をはかり、どれくらい成長したか、バランスよく成長しているかを調べます。	ポニーテールやおだんごなど身長の測定のじゃまになる髪型は避けましょう。
やる日と時間は学年ごとに違います。学年通信等を御確認ください	視力検査	どれくらい見えているかを調べます。	メガネを使っている人は、検査の日に忘れないようにしましょう。
	聴力検査	耳がよく聞こえているか、難聴はないかを調べます。	髪の毛が耳にかからないようにしましょう。
4月23日(木)	色覚検査	色の組み合わせによって、見分けにくいなど色を認識する特性があるかどうかを調べます。	4年生の希望者のみ行います。 <b>希望調査の提出があります</b>
5月1日(金)	心臓検診	心臓の筋肉がドキドキと動くと、かすかに電気が流れます。この電気の波を形に表して、心臓がうまく働いているかを調べます。	1年生のみ行います。 詳細のお知らせを確認してください <b>調査票の提出があります</b>
5月1日(金) 5月15日(金)	内科検診	学校医の先生に、心臓や肺の音に異常はないか、栄養はとれているか、皮膚の病気はないか、背骨や胸の骨に異常はないかを診てもらいます。	詳細のお知らせを確認してください <b>問診票の提出があります</b>
5月13日(水)	尿検査	腎臓の病気がないか、糖尿病はないかを調べます。	詳細のお知らせを確認してください
6月11日(木) 6月18日(木)	歯科健診	歯科医の先生に、歯と口の中が健康かどうか、検査してもらいます。おし歯はないか、歯並び・歯肉の状態・顎関節に異常はないか、歯垢は残っていないかなどを診てもらいます。	詳細のお知らせを確認してください

・問診票や調査票の提出がある場合は、「お知らせ」に書かれている期限までに提出をお願いします。

・身体測定や検診・検査等をしたら、「わたしの健康」に結果を記入して、後日お渡します。おうちの人に確認していただき「印」を押して、学校に提出をお願いします。

健康診断で受診のおすすめをもらった人は

- ① おうちの人に見せましょう
- ② 早めに、検査や病院受診をしましょう
- ③ 検査や病院受診の結果は、学校へ提出してください

※ 学校で行う健康診断は、病気や異常の疑いがあるかどうかという視点でスクリーニングをするものであり、検査や病院受診の結果が「異常なし」という場合もあります。