

ほけんだより 4月

令和5年 4月 玉櫛小学校 保健室



にゅうがく・しんきゅう
入学・進級
おめでとうございます！

ほけんしつ
保健室のならさこ ちひろです。

ねんかん
1年間よろしくおねがいします♪



ほけんだよりは、からだとけんこうについて
のお知らせです。おうちの人ともいっしょに読
んでくださいね。

ほけんしつをつかいかた



けがをしたときや しんどいとき
に ほけんしつにいきます*



たんになの先生や うけもちの
先生に いったからいきます*



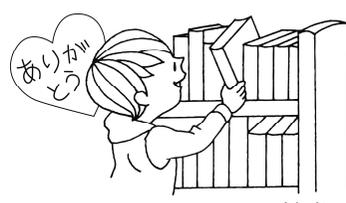
からだの「どこが」「どう
して」「どんなようす」な
のか せつめいします*



つきそいの人は ひとりです*



ほけんしつでは しずかにします*



ものをかりるときは 先生にい
います*かりたものは もとの
ばしょに かえます*

4・5月の保健行事予定

4月	11日(火)	身長・体重測定	<6年>
	12日(水)	身長・体重測定	<5年>
	13日(木)	身長・体重測定	<4年>
	14日(金)	身長・体重測定	<3年>
	17日(月)	身長・体重測定	<2年>
	18日(火)	身長・体重測定	<1年>
	19日(水)	尿検査	<全学年>
	24日(月)	心電図検査	<1年>
	26日(水)	聴力測定	<5年>
	27日(木)	内科健診	<3-1・5年>
5月	28日(金)	聴力測定	<3年>
	1日(月)	聴力測定	<2年>
	2日(火)	聴力測定	<1年>
	8日(月)	聴力測定	<対象者のみ>
	9日(火)	内科健診	<4年・6-1>
	11日(木)	内科健診	<2年・3-2>
	15日(月)	尿再検査	<対象者のみ>
	23日(火)	内科健診	<1年・6-2>

はついくそくてい けつが
発育測定の結果は
その都度、お手紙で
お知らせしますの
で、ご確認ください。
ふうとう おういん ふうとう
封筒に押印し、封筒
のみ学校にご返却
ください。



かんせんしょう たいさく
感染症対策のため
かくきょうしつまえ
各教室前にアルコール
しょうどく お
消毒を置いています。
アレルギー等で使用で
きない場合はおうちの
かた こさま しょう
方からお子様に使用し
ないよう伝えていた
だくようお願いいたし
ます。



おうちの方へ... 朝の健康チェックをおねがいします!!

- めざめはよいですか？ 顔色はよいですか？
- 食欲はありますか？ 便はでましたか？
- のどの痛みや目やになどはありませんか？
- なんとなく様子がいつもとちがうことはありませんか？



けっせき
*欠席するときや、きにかかるところがあるときは、連絡帳などで担任にお知らせ
してください。

健康診断がはじまります

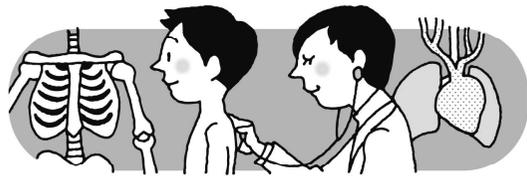
あたら がつねん ことし けんこうしんだん
 新しい学年になって今年も健康診断がはじまります。
 どんなことを調べているのかを知って、上手に健康診断を受けましょう。

かくけんしん けんさ けつか びょういん じゅしん ほう よ とし じゅしんかんこく てがみ
 各健診や検査などの結果、病院を受診した方が良い時には、受診勧告のお手紙を
 渡しますので、そちらは病院で記入してもらった上で、学校へ提出してください。

内科健診

何を調べるの？

心臓や肺の様子、皮ふや骨の状態、からだの栄養状態などを調べます。



こんな病気や異常が見つかります

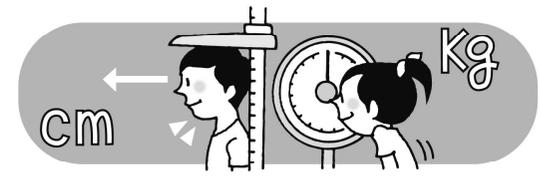
- 脊柱側弯症…背骨が曲がっている。
- 貧血…血液中の赤血球が少なくなったり、働きが悪くなったりする。症状は、頭痛、息切れ、めまい、たちくらみなど。

MEMO 体着で受けます。
 お医者さんはとても小さい心臓の音をきいているので、しずかに待ちましょう。

身長・体重測定

何を調べるの？

身長（背の高さ）、体重（からだの重さ）を調べます。



計測のときの注意点

身長をはかるときは、あごを引いて、まっすぐ前を向きます。背すじはピンと伸ばしましょう。
 体重計には、しずかにのりましょう。

MEMO 体着で測ります。
 かみの毛のくりかたに気をつけましょう。

尿検査

何を調べるの？

腎臓（おしっこをつくる場所）の病気や糖尿病がないかを調べます。容器を配るので、朝一番の尿（おしっこ）をとって提出してください。



MEMO 4月19日の朝におしっこをとって、学校に持ってきます。
 わすれないようにしましょう！

聴力測定

何を調べるの？

音がどれくらい聞こえているかを調べます。



検査のときの注意点

検査は、右耳→左耳の順番で行ないます。
 レシーバーを耳に当て、音が聞こえてきたら、ボタンを押してください。音が聞こえなくなるまで、ボタンは押し続けてください。
 小さな音を聞くので、待つ人はしずかに！

MEMO 主に1・2・3・5年生が受けます。

今年度から内科健診を受けるときや着替えを行うときは、1年生から6年生まで男子と女子にわかれて、できるだけプライバシーに配慮していきたいと考えています。
 でも、男女に分かれることで心が苦しいときや、男女に分かれていてももっとプライバシーに配慮してほしいような体や心の事情があるときには相談してください。
 いっしょに考えて解決できる方法を見つけられるかもしれません🌸