

# ほけんだより



# 4月

令和8年度4月

国本中央小学校  
保健室



ご入学、ご進級おめでとうございます。  
みなさんの心と体の健康をサポートしていきます。  
よろしくお願いいたします。

## 保健室のきまり

保健室は、けがや体の具合が悪いときに応急手当を  
したり、少し休んだりする場所です。  
※お薬を渡したり、長い時間休んだりすることはできません。

- 担任の先生に伝えてから来ます
- 静かに過ごします
- 使ったものは元に戻します
- 保健室を利用した時はおうち人に伝えましょう



## 健康診断

がはじまります



	対象学年	日程		対象学年	日程
発育測定	2・4・6年 1・3・5年	4/9 4/14	内科検診	1・3・5年 2・4・6年	5/26 6/2
聴力検査	1・2年 3・5年	4/15 4/17	耳鼻科検診	全学年	6/10
視力検査	3・4年 1・6年 2・5年	4/20 4/21 4/27	歯科検診	全学年	6/18
			眼科検診	全学年	5/13
			心臓検診	1・4年	6/9

## 学校医の先生を紹介します



## 1学期中は提出物がたくさんあります

保護者の方へ

1学期は健康診断の問診票や、お子さんのアレルギーや健康の状態を確認するための書類など、たくさんの提出書類があります。提出期限が早いものもあり、お忙しい中大変お手数をおかけします。



ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます

### 健康診断 4つのステップ

- 考える** 毎年4月に必ずある「健康診断」。こんな4つのステップを意識して受けてみてくださいね。  
 保健調査票を記入して、ふだんの健康の様子をふり返りましょう。
- 知る** いろいろな検査や検診で、自分の成長や健康の様子を知りましょう。
- 守る** 詳しい診察や検査が必要なときはきちんと受けて、自分の健康を守りましょう。
- 学ぶ** より健康に過ごすために必要なことを学んでいきましょう。

みなさんの健康への興味がアップすればうれしいです。

「健康診断」で何がわかるの？

身体測定

バランスよく成長できているか。  
肥満や、やせはないか。

視力検査・眼科検診

見えにくくなっていないか。  
目の病気はないか。

耳鼻咽喉科検診

聴力検査

聞こえにくくなっていないか。  
耳・鼻・のどの病気はないか。

歯科健診

むし歯や歯周病はないか。  
歯並びやかみ合わせの状態はどうか。

運動器検診

骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。

尿検査

腎臓の病気や、糖尿病などはないか。

内科検診

心臓や肺、皮膚などに異常はないか。  
貧血はないか。  
栄養状態に問題はないか。

心電図検査

心臓に病気や異常はないか。