



# ほけんだより 4 がつじゅう月号

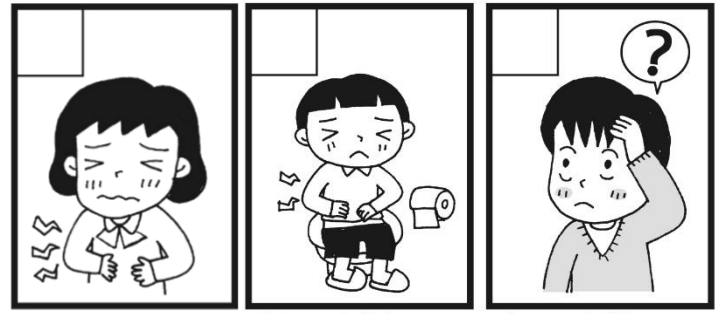
令和8年4月7日  
松梅校小学部  
保健室

進級おめでとうございます。新しい1年がスタートしました。新しい友だち、新しい先生、新しい勉強にドキドキワクワクしている人もいるのではないのでしょうか。  
これから1年、みなさんが健康で元気に過ごすことができるように保健室からサポートしていきます。

## おうちでチェック! 毎朝の健康観察



【チェック①】 前の日はよくねむれましたか?  
【チェック②】 朝ごはんをしっかり食べましたか?  
【チェック③】 体のだるさはありませんか?  
【チェック④】 頭のいたみはありませんか?  
【チェック⑤】 熱っぽい感じはありませんか?



【チェック⑥】 おなかのいたみはありませんか?  
【チェック⑦】 「げり」や「べんぴ」になっていませんか?  
【チェック⑧】 そのほか、ぐあいがわるいところはないですか?

なんかいつもと違うな・・・とおもったら、おうちの人に必ず伝えましょう。  
体調が悪いときは、無理せずにゆっくり休んで早く治すことも大切です。

### おうちのかたへ

養護教諭の神武加奈子です。松梅校小学部2年目になります。お子様が元気に学校生活を送れるように保健室からサポートしていきます。今年度もよろしくお願ひします。

#### ◆配布物について

以下の保健関係の書類を封筒に入れて配布しています。健康診断に必要な書類もありますので、記入漏れがないよう確認していただき、**4月16日(木)**までに封筒に入れて提出をしてください。

- 保健調査票 (住所や電話番号に変更がある場合は朱書きで訂正)
- 結核検診問診票
- 運動器健診保健調査票
- フッ化物洗口申込書

#### ◆色覚検査について

本日、色覚についてのプリントを配布しています。お子様の色覚について気になることがございましたら、学校へご相談ください。



けんこうしんだん

# 健康診断がはじまります

★ひと いっしょ かくにんおうちの人と一緒に確認しましょう★



日にち	内容	学年	気をつけること
4月15日(水)	尿検査	全学年	朝、忘れないようにしましょう
4月20日(月)	身体測定・視力検査	全学年	体操服で受けます
	聴力検査	1・2・3・5年	耳の掃除をしておきましょう
4月27日(月)	心臓検診	1年	体操服で受けます バスタオルを持ってきてください
4月28日(火)	尿検査(二次)	対象者	朝、忘れないようにしましょう
5月7日(木)	眼科検診	全学年	前髪が長い人はピンでとめよう
5月14日(木)	耳鼻科検診	全学年	耳の掃除をしておきましょう
5月25日(月)	歯科検診	全学年	給食後の歯みがきを ていねいにしましょう
6月4日(木)	内科検診	全学年	体操服で受けます



## 学校医の紹介

今年度お世話になります。

- 学校医 杉岡 隆 先生 (富士大和温泉病院)
- 学校歯科医 服部 康治 先生 (はっとり歯科医院)
- 耳鼻科医 山口 陽生 先生 (佐賀記念病院)
- 眼科医 坂井 裕一郎 先生 (やまと眼科)
- 学校薬剤師 中島 亮先生 (愛敬薬局)

## 健康診断の前日は

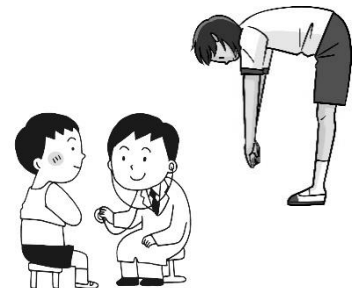
- お風呂に入って、からだを清潔に
- 耳そうじをしておく
- 忘れ物がないよう準備する
- 早めになて、体調をととのえる



## 内科検診について

～内科検診では、たくさんの項目を調べます～

- 心臓の音をきいて、雑音がないか、心臓の脈打つリズムはどうか
- 呼吸する時の音をきいて、肺や気管支などに病気がないか
- 背骨や皮ふの状態はどうか
- 貧血はないか
- 栄養状態はどうか
- 成長は適正であるか
- 結核検診の精密検査が必要かどうか



このような項目を調べるために、内科検診では次のようなことを行います。

- ・衣服や下着の上からでは、皮ふと衣服等がこすれる音の影響があったり、心音をきくポイントに聴診器を当てられなかったりして十分にきこえないことがあるので、聴診は、聴診器を皮ふに直接あてて行います。
- ・皮ふ等の病気、骨格の変形等を見るためには、衣服や下着の上からでは、十分な検診を行うことができないので、視診や触診を行います。眼科検診
- ・検診は、つい立て等で間仕切りするなど、プライバシーに配慮して行います。スムーズに検診が行えるように、保健室に入ったら上着のすそをズボンから出して準備をしてください。