# ほけんだより

令和７年４月７日
若楠小学校　保健室

## 進級おめでとうございます！

春休みは元気に楽しくすごせましたか？いよいよ新しい年度が始まりましたね。きっとこれから始まる１年間にワクワクでいっぱいの人もいれば、新しい環境に不安でドキドキしている人、あるいは両方の気持ちの間でゆれ動いている人、さまざまだと思います。いろんなことが大きく変わるときは、緊張の連続です。気温の変化が大きい季節で、新しいことが多い４月は心も体も疲れやすい時期です。たっぷり睡眠をとったり、栄養を十分にとったりして、体調に気を付けながら１年を元気にスタートさせましょう！

みなさんが心も体も元気に歩みだせるよう、保健室からサポートしていきますね！

## 保健室ってどんなところ？？

### 手当てをするところ

学校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へきてください。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。

### 相談するところ

困っていることや聞きたいことがあるときは、いつでも相談してください。先生と一緒に、体も心も人間関係も健康な毎日を目指しましょう。

### 静かなところ

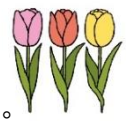
体調が悪い時、休むことができます。保健室では具合が悪くて休んでいる人がいるかもしれません。保健室の中や前の廊下では静かに過ごしましょう。

### 勉強するところ

体や心に関する本がおいてあります。知りたいことがあるときには読みにきてもいいですよ。また、ケガをしたり体調不良になったとき、今後どうすればよいかについても一緒に考えます。

## 保健室を使うときのルール

① 保健室に行くときは、先生に伝えてから来ましょう。
② 保健室に入るときはあいさつをしましょう。学年や組、名前も伝えられるといいですね。
③ 保健室で貸し出す保冷剤や湯たんぽは学校のものです。使い終わったら、必ず返しにきましょう。



## 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

### ＜提出書類一覧＞

- 保健調査票（水色）
- 結核検診問診票（青）
- 運動器検診問診票（緑）
- フッ化物洗口申込書（白）

提出は **4月9日** まで

# 健康診断が始まります

## 令和7年度 定期健康診断 日程表

佐賀市立若楠小学校

| 月 | 日 | 曜日 | 検査項目 | 検査学年 | 検査時間 | | | | | | | 持ってくるものお願い |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 昼 | 5 | 6 | |
| 4月 | 7 | 月 | 保健調査票<br>結核問診票<br>運動器検診問診票 | 2~6年 | 保健関係書類を配布します。<br>4月9日までに提出をお願いします。 | | | | | | | |
| | 8 | 火 | 身体測定<br>視力測定 | 5･6年 | 6の1 | 6の2 | 5の1 | 5の2 | | | | 体操服 |
| | 9 | 水 | 身体測定<br>視力測定 | 3･4年 | 4の1 | 4の2 | 3の1 | 3の2 | | | | 体操服 |
| | 10 | 木 | 身体測定<br>視力測定 | 2年 | 2の1 | 2の2 | | | | | | 体操服 |
| | 14 | 月 | 聴力検査 | 3･5年 | 5の1 | 5の2 | 3の1 | 3の2 | | | | |
| | 17 | 木 | 聴力検査 | 1･2年 | 2の1 | 1の1 | 1の2 | 2の2 | | | | |
| | 18 | 金 | 身体測定<br>視力測定 | 1年 | 1の1 | | 1の2 | | | | | 体操服 |
| | 22 | 火 | 歯科健康診断 | 1,3,4年 | 8:30~12:00<br>3→1→4の順に | | | | | | | 歯みがきをしてくる |
| | 24 | 木 | 耳鼻科検診 | 全学年 | | | | | 13:00~ | | | 耳掃除をしてくる |
| 5月 | 1 | 木 | 内科健診 | 全学年 | | | | | 13:30~ | | | 体操服 |
| | 15 | 木 | 歯科健康診断 | 2,5,6年 | | | | | 13:30~ | | | 歯みがきをしてくる |
| | 26 | 月 | 眼科検診 | 全学年 | | | | | 13:30~ | | | |
| 6月 | 4 | 水 | 尿検査一次 | 全学年 | 8:30までに提出 | | | | | | | 検尿を忘れずに持ってくる |
| | 19 | 木 | 尿検査二次 | 対象者 | 該当者のみ 8:30までに提出 | | | | | | | 検尿を忘れずに持ってくる |

## 学校医の先生を紹介します

内科　小柳修二郎先生　　歯科　西信太朗先生　　眼科　八次桃子先生
耳鼻科　百田統洋先生　　薬剤師　松枝聖先生

健康診断や学校環境衛生検査など、みなさんが健康で安全に学校生活を送ることができるように、さまざまな面からサポートしてくださる先生方です。
学校に来られた時は、元気にあいさつをしましょう！