

# ほけんだより 4月

令和 8年4月8日  
和光市立本町小学校



入学、進級おめでとうございます。春のあたたかな日差しを受けて、寒さにふるえていた草木も目をさましてきました。さわやかな季節の訪れに気持ちも晴れやかになります。4月は新しい友達、先生、クラス…すべてが新鮮な毎日だと思います。今の新鮮な気持ちを忘れずに充実した1年にしましょう。

養護教諭の葛西 梨沙です。よろしくお願いします。

保健室では、皆さんが毎日元気に楽しい学校生活を送れるように、皆さんの心と体の健康について一緒に考え、サポートをします。

保健だよりでは、感染症や健康診断についてなど健康に関するお知らせをしていきます。お子様と一緒に読んでください。

まずは、保健室についてどんなところかをご紹介します。



## 保健室ではこんなことはできません!

× 内服薬の使用

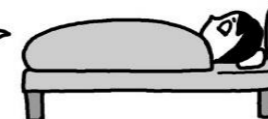


× 継続した手当



× 長時間の休養

休養は原則1時間



保健室では、お家でのけがの手当、当日のけが以外の手当、内服薬の使用、1時間以上の休養はできません。けがの手当は、当日学校でけがをした場合のみとさせていただきます。痛みが引かない、傷口が化膿してしまったなど、改善しない場合は医療機関の受診をおすすめします。

保健室では、内服薬をお渡しすることはできません。体調が優れない場合は保健室で休養することはありますが、回復しない場合はお迎えでの早退をお願いしています。早退の際は感染症対策の都合上、早めのお迎えをお願いしています。ご協力よろしくお願いいたします。

## 保健室はこんなときにきてください



ケガをしたとき  
救急処置してもらえる



具合が悪いとき  
一時的に休養できる

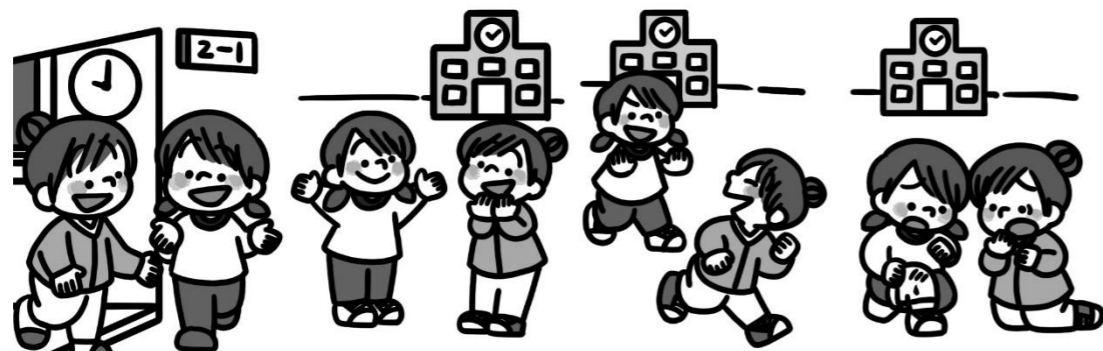


悩みがあるとき  
相談できる



健康について  
知りたいとき

## ~けがや病気で保健室に来たときは~



[1.いつ] [2.どこで] [3.何をしていた] [4.どうなった]

のかを4つを教えてください。

## 学校医の先生方を紹介します



内科医 菅野 隆 先生  
菅野病院



歯科医 竹田 直樹 先生  
歯科タケダクリニック



薬剤師 永田哲哉 先生  
アカネ薬局 2号店



眼科医 中川和美 先生  
中川眼科



耳鼻科医 関根大喜 先生  
せきね耳鼻咽喉科  
クリニック

# 健康診断が始まります

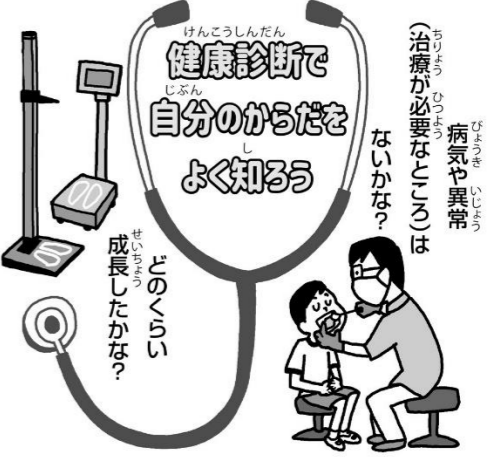
月	火	水	木	金
6日	7日	8日 始業式 入学式	9日 発育測定（5. 6 年）	10日 発育測定（3. 4年）
13日 発育測定（1. 2年）	14日 視力検査（3.4年） 聴力（3年）	15日 視力検査（1.2年）	16日 視力検査（5.6年） 聴力（5年）	17日
20日 聴力（1.2年）	21日 内科検診（全）	22日 耳鼻科検診（全）	23日 尿検査一次（全）	24日 尿検査予備日
27日	28日 眼科検診（全）	29日	30日	

# 健康診断のお約束

健康診断では、みなさんの身体の健康状態について調べます。

毎日、元気に楽しく過ごすためには、身体の健康が大切です。

自分の健康状態を知るために、お約束を守って健康診断を受けましょう。



**受ける前**  
忘れ物がないように準備する

体を清潔にする  
(入浴・つめ切り・耳そうじ)

**受けるとき**  
自分の順番まで静かに待つ

返事やあいさつをする

**受けた後**  
結果をお家の人に見せる

「受診のすすめ」をもらった人は  
病院へ行く

## 4月の保健目標

### 自分の体をよく知ろう

春の健康診断が始まります。健康診断は、自分の体を知り、病気や体の異常を見つける大切な機会です。歯科健診などでは、普段聞き慣れないキーワードが出てきます。自分の時になんて言われたか、よく聞いてみましょう。また、病気や異常が見つかったらすぐに病院を受診しましょう。

## 保護者の方へ

4月から健康診断が始まります。検診・検査が済んだ項目から順次、その結果をお知らせします。医療機関受診のお知らせを受け取った方は、できるだけ早く病院を受診してください。

眼科、耳鼻科の健康診断で、医療機関受診のお知らせを受け取った方は、6月からの水泳指導前に必ず、医療機関を受診し、必要な処置を受けて様式を学校へご提出ください。未受診の場合は、プールに入ることができません。

なお、プール前健診は行っていません。持病がある児童は内科検診で診ていただくこととなります。持病により入水に不安がある方は、内科検診前に連絡帳でお知らせください。

学校で実施している健康診断は、「スクリーニング」といって病気・異常の疑いを見付けるものです。受診した際に特に異常がないと診断されることもございますので、ご承知置きください。

〈前日にご準備をお願いします!〉  
 発育測定・・・髪の毛は耳より下で結んできてください。体育着も忘れずにお持ちください。  
 視力検査・・・眼鏡を処方されている方は、忘れずに持ってきてください。  
 コンタクトの方は、外さずにつけて来てください。