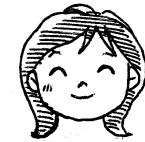


# ほけんだより 4月



令和8年4月7日 高三小 保健室



志賀 美佑

## 進級 おめでとうございます

はじめまして！みなさんの体や心の健康をサポートします。養護教諭の「志賀」です。みなさんが元気に学校生活を送れるよう、保護者の方々にも協力して頂きながら、様々な面から支援していきたいと思っております。よろしくお願ひいたします。この「ほけんだより」では保健行事のお知らせや体や心の健康についての情報をお伝えしていきます。ぜひお子さまと一緒に読んでください。

## 4月の保健目標 健康診断を正しく受けよう



- 【内科】 吉田 順子 先生 (吉田小児科医院)
- わたなべ よしひこ 先生 (高根木戸診療所)
- 【眼科】 中島 修一 先生 (三咲眼科)
- 【耳鼻科】 大川 徹 先生 (おおかわ耳鼻咽喉科クリニック)
- 【歯科】 石和田 敏貴 先生 (いしわだ歯科クリニック)
- たてやま こういちろう 先生 (立山歯科クリニック)
- 【薬剤師】 太田 陽子 先生 (薬園堂薬局)

## ほけんしつ 保健室で

### ○ できること

- けがの応急手当て
- 体調が悪くなったとき  
の一時休養
- 悩みや困りごとの相談
- からだや心についての  
学習や質問
- 身長・体重などの測定



### × できないこと

- × 翌日以降の継続した手当て  
→ 治らないときは受診を！
- × 内服薬をあげること  
→ 飲み慣れたものを持参する  
ようにしてください。
- × 長時間の休養  
→ 休養は原則1時間です。

## 健康診断がはじまります

### 内科検診



栄養状態や心臓、肺の音、骨や皮膚の様子をみます。

### 歯科検診



歯や歯肉に病気や異常がないかをみます。

### 眼科検診



目や目のまわりに病気や異常がないかをみます。

### 耳鼻科検診



耳・鼻・のどに病気や異常がないかをみます。

### 身体計測



身長と体重を測ります。どのくらい成長したかな？

### その他



視力検査や聴力検査、尿検査などもあります。

### ～保護者の方へ～

裏面に、令和8年度の健康診断日程と保健関係書類の配布日、締め切り日をご案内しております。健康診断のために、提出していただく保健関係書類が多数ありますので、ご確認の上、必要事項を記入し、提出をお願いいたします。お忙しい中とは思いますが、ご協力よろしくお願い申し上げます。

「(独)日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について」を配布しました。現在未加入で加入されたい方は、4月10日(金)までに手紙にあるQRコードを読み取っていただき、そこからお手続きください。加入できる期間が大変短くなっておりますのでご注意ください。継続加入を希望される場合、再度登録する必要はありません。

「学校健診の目的と方法について」と「学校健診(内科健診)の動画視聴について」を内科健診前に配付します。お子さまが健診の意義を理解し、安心して健診を受けられるよう、ご家庭でもお子さまと一緒に動画を視聴いただきますようお願いいたします。なお、本校では内科健診時の上半身の服装は、素肌に体操服1枚の格好です。聴診器を当てる時や背骨を診るとき等は、体操服を持ち上げて実施する予定です。

## 【令和8年度 健康診断日程】

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	たかね	つくし	きこえ	
身体測定	4/13(月)		4/10(金)				4/13(月)		※該当学年参照	
聴力検査	4/14(火)	4/15(水)		/	4/14(火)	/	※該当学年参照			
視力検査	4/16(木)	4/13(月)~4/17(金)				4/16(木)				
内科 運動器	5/7(木)9:00~			5/13(水)9:00~			5/7 (木) 9:00~			
歯科	6/16(火)13:15~			6/23(火)13:35~			6/16 (火) 13:15~			
眼科	5/29 (金) 13:15~	問診票	5/29 (金) 13:15~	問診票	5/29 (金) 13:15~	問診票	※該当学年参照			
耳鼻科	6/24(水) 13:35~	問診票				6/24(水) 13:35~	※該当学年参照			
心電図	5/11 (月) 13:40~	/	/	5/11 (月) 13:40~	/	/	※該当学年参照			
尿検査	① 4/22(水) ②5/8(金) ③5/20(水) 予備日(対象者のみ):6/1(月)									

## 【令和8年度保健関係書類 配布日&切日】

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	たかね	つくし	きこえ		
健康 調査票	配布:4/9(木) 切:4/14(火)	配布:4/7(火) 切:4/13(月)						※該当学年参照			
結核 問診票	配布:4/16(木)			配布:4/22(水)			配布 4/16				
運動器検 診調査票	切:4/20(月)			切:4/27(月)			切 4/20				
耳鼻科 調査票	/	配布:5/21(木) 切:5/26(火)			/						
眼科保健 調査票	/	配布:5/21(木) 切:5/26(火)	/	配布:5/21(木) 切:5/26(火)	/	配布:5/21(木) 切:5/26(火)	※該当学 年参照				
心疾患 調査票	配布:4/16(木) 切:4/20(月)	/	/	配布:4/16(木)切 切:4/20(月)	/	/					
尿検査	① 4/20(月)【検査日 <b>2</b> 日前】 ②回目以降は前回の結果のお知らせと一緒に配布										