



ほけんだより



たかさとしょうがっこう ほけんしつ
高郷小学校 保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます

春は、「新しい」がいっぱいの季節です。

だから、わからないことや、まちがえちゃうことがあるのはあたりまえ！ だいじょうぶです。

「わからないから、おしえてください。」

友達や先生からそういわれたら、やさしく教えてあげましょう。

今年度ももよろしくお願いします。

養護教諭 大崎千夏

4月の保健目標



健康診断を上手に受けて
自分の身体を知ろう

健康診断が始まります！

「健康診断」は、みなさんの発育状態や健康状態を調べます。
自分の身体を知って、健康に過ごせるようになります。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----------------|-----------------|--------------|--|-------------|
| 4/13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 5,6年 身体測定 | 3,4年、5組 身体測定 | 1,2年 身体測定 | 尿検査①キット 配付 | 全学年 尿検査① |
| 13日～24日 視力検査期間 | | | | |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | | | 1,4年 心電図検査 | |
| 27 | 28 | 29祝日 | 30 | 5/1 |
| 3年 内科検診 | 4年 内科検診 | | 1,6年 耳鼻科検診 尿検査② (未提出者 ・再検査者) | |

9:00までに持って
てくれば、間に
合います！

*お世話になる先生
を紹介します
(令和7年度と同じ先生方です)

【学校医】

内科 鵜沢龍一 先生
内科 西田弘子 先生
眼科 上村敦子 先生
耳鼻科 矢島寿夫 先生

【学校歯科医】

三好明弘 先生
佐藤美由紀先生

【学校薬剤師】

土居孝之 先生

どうぞよろしくおねがい
します。

「健康診断」のことが知りたい。自分の身体のことを聞いてみたい。心配なことがある。
そんなときは、いつでも保健室に相談してください。一緒にかんがえましょう。

保健室の利用の仕方

～保健室に行くときは、たんにんの先生に伝えましょう～

けがをした時



応急手当

保健室で行うのは、
応急手当のみです。
次の日からは、
家庭で手当をお願いします。
※治療が必要な
ときは病院へ。



具合が悪い時



休養してよくなる と思われる場合

1時間程度までを
目安に休養し、
様子をみます。
※インフルエンザ
などの感染症流行
時は、早めにお迎
えに来ていただく
ことがあります。



一時的な休養で よくなる場合

具合がよくなり
ない場合は、早退や
医療機関での受診
をお願いします。



保護者の方へ

●登校前の健康観察をお願いします。
次のような症状がみられるときや、いつもと違う様子がみられるときは、
無理をしないでお休みし、病院を受診するなどしてください。

- 頭が痛い
- せきやくしゃみが出る
- 顔色が悪い
- 鼻水が出ている
- お腹が痛い
- 体がだるい
- 声が小さい
- 目が充血している
- 元気がない
- のどが痛い など



●医師の健康診断をお休みしたら
他の学年の日程に変更できる場合は健診します。変更できず健診を受けることができなかった場合は、ご家庭で気になる症状等を医師に相談されることをおすすめいたします。