

# ほけんだより 4月

座間市立相模野小学校 保健室 令和6年4月号



今年度、保健室の担当をさせていただきます「太田 夏成実」です。相模野小学校のみなさんが、楽しく元気で、健康に学校生活を送れるようにお手伝いしていきたくと思います。お子さんの健康のことで何か心配なことや気になることがありましたら、お知らせください。どうぞよろしくお願いいたします。

新1年生、そして進級のみなさんおめでとうございます。お子さんはもちろん保護者の方も、新しい出発への期待と緊張でいっぱいのことと思います。

## 保健関係提出書類について

保健関係の書類は「学校医による健康診断時の診察」や「日常の学校生活における健康管理」に活用させていただきます。お子さんの普段の健康状態について、お子さんと一緒にご確認しながら、正確にご記入ください。お忙しいこととは存じますがよろしくお願いいたします。

### ★保健関係提出書類

よろしく  お願いします

- 保健調査票【黄色】  結核健診問診票【白色】  心臓病調査票（1年生）

## 登校前の健康観察をお願いします



- 朝ごはんを食べることができましたか（食欲はありましたか）？
- 頭が痛い、おなかが痛いなどの不調はありませんか？
- 熱は高くないですか？
- おなかがこわしていませんか？
- のどの痛みやせき、くしゃみなどはありますか？
- からだはだるくないですか？

新しい環境に慣れるまでは体調を崩しやすいかもしれません。学校でも十分配慮いたしますが、ご家庭でも、お子さんの話を聞き、休養を十分とっていただきたいと思います。



学校行事の都合等により、日程が変更になる場合もあります。  
その場合は事前にご連絡いたしますので、ご了承ください。

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年	支援級
発育測定 (身長・体重)	5/7 (火)	4/30 (火)	5/1 (水)	5/2 (木)	4/26 (金)	4/25 (木)	5/8 (水)
視力検査	4/17 (水)	4/16 (火)	4/15 (月)	4/12 (金)	4/11 (木)	4/10 (水)	4/17 (水)
聴力検査	4/18 (木)	4/15 (月)	4/11 (木)		4/12 (金)		4/16 (火)
歯科検診	6/6 (木)	5/9 (木)	6/6 (木)	5/9 (木)	6/6 (木)	5/9 (木)	5/9 (木)
尿検査	4/16(火)朝8時50分までに提出 器材配付日:4/15(月)						
内科検診 (含:運動器・結核健診)	5/16 (木)	5/14 (火)	5/16 (木)	5/14 (火)	5/16 (木)	5/14 (火)	5/16 (木)
眼科検診	4/24(水) 1年生・5年生全員、他学年ピックアップ児童						
耳鼻科検診	6/13(木) 1年生全員、他学年ピックアップ児童						
心電図検査	5/1 (水)						

★内科検診・発育測定(全学年)、心電図検査(1年)は体操着で行います。  
忘れずに持たせてください。

お世話  
になる

## 学校医の先生



よろしくお願いします!

- 内科 広井先生(広井内科医院)  
里田先生(さとだ内科クリニック)
- 歯科 赤羽先生(レオ歯科)  
大内先生(大内歯科)
- 眼科 武長先生(武長眼科)
- 耳鼻科 富澤先生(相武台とみさわ耳鼻咽喉科)
- 薬剤師 荻野先生



## 健康診断の前に注意してほしいこと



お風呂に入って清潔に  
耳垢や爪もチェック！



早く寝て体調を整えよう  
朝食を食べよう



メガネやコンタクトなど  
検査に使うものを忘れずに



目や耳にかかる髪は  
まとめたり留めたりしよう

発育測定…髪が長い人は低い位置で結んでおく。  
眼科検診…前髪が目にかからないようにしておく。  
耳鼻科検診…髪が長い人は、耳に髪がかからないように、結んでおく。  
内科検診…髪が長い人は、背中に髪の毛がかからないように結んでおく。

健康診断は、成長の様子を知ったり、病気や異常の疑いがないかどうかを調べたりする、大切な機会です。眼鏡や体操着などを持ってくるのを忘れたり、髪の毛をまとめていなかったりすると、検査ができなかったり、時間がかかったりすることがあります。

健康診断のスケジュールを確認して、忘れ物などないように、ご協力をお願いします。

健康診断実施にあたっては、お子さんのプライバシーに配慮して行います。

内科検診（全学年）、心電図検査（1年生）の実施にあたっては、男女別に行い、検診場所を衝立やカーテンで囲い、体操服を着用し、原則養護教諭が立ち合います。

触診・視診・聴診が医学上欠かせない検査もあり、その際には例年どおり、プライバシーに配慮しながら、触れたり衣服をめくったりすることがありますので、ご理解のほどお願いいたします。

「検診結果のお知らせ」は、歯科検診を除き、健康診断の結果、病気や異常の疑いがある場合にお渡ししています。

必ず病気や異常があるというわけではありませんが、治療や詳しい検査が必要な場合もありますので、医療機関を受診していただくようお願いします。

がつ ほけんもくひょう  
4月の保健目標

じぶん からだ し  
「自分の体を知ろう」

けんこうしんだん う  
健康診断を受けるのは、なぜ？

じぶん からだ  
自分の体を  
し  
知るため



せいちょう けんこう ようす し て  
成長や健康の様子を知る手がかりになります。

じぶん けんこう  
自分の健康を  
まも  
守るため



けんさ ちりょう う  
くわしい検査や治療を受けるきっかけになります。

けんこう からだ  
健康な体を  
そだ  
育てるため



けんこう す かんが きかい  
より健康に過ごせるよう考える機会になります。

けんこうしんだん じぶん けんこう せいちょう ようす し  
健康診断で自分の健康や成長の様子を知ることができます。

まいにちき じかん ねつ はか げんき とき たいおん へいねつ し  
毎日決まった時間に熱を測って元気な時の体温（平熱）を知っておくことも、

けんこうかんり たいせつ じぶん からだ ようす し げんき す  
健康管理に大切です。自分の体の様子を知って、元気に過ごしましょう。