



# ほけんだより

4 / 10



ようごきょうゆ  
養護教諭の

です



にゅうがく しんがく はる であい きせつ みな たの  
入学・進学おめでとうございます。春は出会いの季節！皆さんに会えるのを楽しみにしていました。

こくう きせつ あめ たう じゅんぴ  
「穀雨」という季節を表すことばがあります。今年は、4月19日。やさしい雨がふり、田植えの準備が

じき たね そだ い あたら がくねん みな  
そろそろ時期で、このころにまいた種はよく育つと言われていています。新しい学年になった皆さんは、ど

たね  
んな種をまいてくれるのかな？とワクワクしています。

ねんかん げんき ほけんしつ ねが  
1年間、元気にすごせるように保健室からもサポートしていきます。よろしくお願いいたします。

## 保健室はこんな場所です

てあ  
ケガの手当て  
をしてくれる



たいちよう わる  
体調が悪いときに  
やす  
休める



なや  
悩みを  
そうだん  
相談できる



からだ こころ  
体や心について  
き  
聞ける



ほけんしつ げんき がっこうせいかつ おく からだ こころ けんこう  
保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。

とくべつ ばしょ だれ りよう ばしょ ちい  
「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことも、

えんりよ きがる き あ たの  
遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

### スリーヒントクイズ



これは  
なん  
何でしょう？

ヒント

1

からだについてたくさんの  
じょうほう  
情報がのっています。健康  
けんこう  
になるヒケツもたくさん！

だいじ ほけんぎょうじ  
大事な保健行事やそのとき  
ものもちぶつ  
の持ち物がのっています。  
「〇〇忘れちゃった」がな  
わす  
くなるかも。

ヒント

2

ヒント

3

こころが少し軽くなる  
すこ かる  
おはなしものっています。

こた  
答えは「ほけんだより」！ みなさん  
げんき す  
が元気で過ごすために知ってほしい情報  
じょうほう  
をたくさんお届けし  
とど  
ます。ぜひ、読んで  
よ  
くださいね。



「健康診断」で何がわかるの？

**身体測定**

バランス良く成長できているか。  
肥満や、やせはないか。

**視力検査・眼科検診**

見えにくくなっていないか。  
目の病気はないか。

**耳鼻咽喉科検診**

聞こえにくくなっていないか。  
耳・鼻・のどの病気はないか。

**歯科健診**

むし歯や歯周病はないか。  
歯並びやかみ合わせの状態はどうか。

**運動器検診**

骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。

**尿検査**

腎臓の病気や、糖尿病などはないか。

**内科検診**

心臓や肺、皮膚などに異常はないか。  
貧血はないか。  
栄養状態に問題はないか。

**心電図検査**

心臓に病気や異常はないか。

健康診断のスケジュール



項目	実施日・時間・学年	対象者	学校区の氏名	持ち物・服装
身体測定	4/11 (木) 1時間目: 5・6年 3時間目: 2年	全校	身長: 養護教諭 体重: 各担任	服装: 体操服 (半袖・短パン)
	4/15 (月) 1時間目: 3・4年 2時間目: 1年わくわく			
視力検査	4/16 (火) 1時間目: 1年わくわく 2時間目: 2年 3時間目: 5・6年 4時間目: 3・4年	全校	養護教諭	服装: 私服 持ち物: メガネの使用者は持参する
色覚検査	4/16 (火) 2時間目: 2年希望者	2年希望者	養護教諭	服装: 私服
聴力検査	4/16 (火) 1時間目: 1年わくわく 2時間目: 2年 3時間目: 5年 4時間目: 3年	1.2.3.5年	各担任	服装: 私服 指導: 前日に耳かきをしてください
尿検査	①4/18 (木) 9:00~9:30 ②5/10 (金)	全校	環境保健公社	指導: 朝一のおしっこをとること 前日の夜、ビタミンCが多い果物は食べない 前日の夜、ジュースを飲まない
歯科検診	4/23 (火) 13:30~	全校	ひでひら 秀衛 泰子	服装: 私服 指導: 昼の歯みがきを念入りに!
内科検診	4/24 (水) 13:30~	全校	よしおか ひろき 吉岡 宏記	服装: 体操服 (半袖・短パン)
運動器検診	4/26 (金) 10:15~10:45	1.4年	環境保健公社	服装: 体操服 (半袖・短パン) 2時間目の体育は運動×
耳鼻咽喉科検診	5/22 (水) 13:30~14:00	1.2.5年	おがわ しんじ 小川 真滋	服装: 私服 指導: 前日に耳かきをしてください
眼科検診	5/29 (水) 13:30~	全校	しらね じゅみ 白根 授美	服装: 私服