

# ほけんだより



上尾市立芝川小学校  
令和8年4月号



HPはこちらの  
QRコードから

## 入学・進級おめでとうございます

入学、進級おめでとうございます。新しい出会いを大切に、心も体も元気にスタートしましょう。

ほけんだよりでは1年間、みなさんの心と体の健康について考え、たくさんの情報を提供していきたいと思っています。おうちの人と一緒に読んでください。

みなさんが心身ともに健康で、充実した学校生活を送れるようサポートしていきます。どうぞよろしくお祈いします。



## 学校医の先生方をご紹介します



【内科】武重 直敏先生(武重外科・整形外科)  
江口 謙一先生(江口医院)

【歯科】湯本 千秋先生(湯本歯科医院)  
松本 清一先生(松本歯科医院)

【耳鼻科】松本 千織先生

【眼科】中田 吉則先生

(きたあげお耳鼻咽喉科クリニック)

(眼科サンアイ上尾医院)

【薬剤師】佐藤 克美先生(さくら薬局上尾東口店)

健康診断や保健管理、環境衛生検査などでお世話になります。



## 健康診断がはじまります



4月からいろいろな健康診断を行います。自分の体の様子を知る良いチャンスです。忘れものなどをしないように、確認して検査を受けるようにしましょう。健診の項目によって保健調査や問診票があります。記入もれがないか確認をして提出してください。

### 4月の保健関係行事予定

4/10	身体測定456年
4/13	身体測定123年なかよし
4/14	視力検査5・6年
4/15	視力検査2・3年
4/16	聴力検査5年
4/17	聴力検査3年
4/20	視力検査4年・色覚検査4年希望者

4/21	心臓検診1年
4/23	聴力検査2年
4/24	聴力検査なかよし・1年
4/27	視力検査なかよし・1年
4/30	尿検査回収日(全学年)
	心臓検診予備日(該当者)

(学校行事等の関係で変更になる場合もあります。)



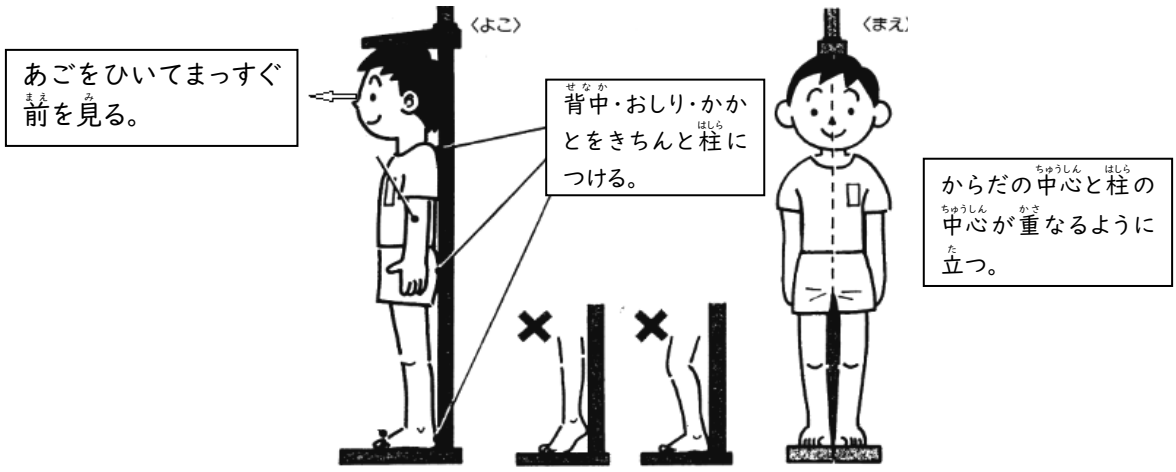
お願い 芝川小学校では、欠席等の場合、さくら連絡網にて連絡をいただいています。その際、備考欄に欠席理由(発熱、腹痛等)をご記入ください。ご協力をよろしくお願いいたします。

# 身体測定を正しく受けよう

定期的に行っている身体測定は、自分の体がどれくらい発達したかを知るために、とてもよい目安になります。

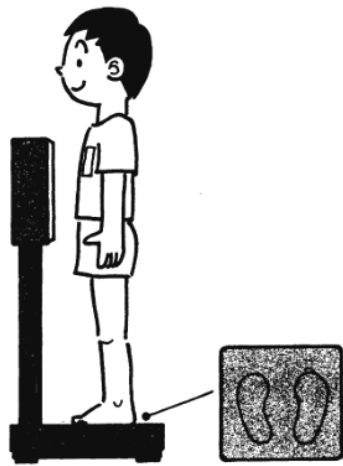
正しいはかり方を覚えて、正確な記録を残せるようにしましょう。

## 身長のはかり方



## 体重のはかり方

体重計の足型に合わせてのる。乗りおりは静かにする。



## 脊柱のはかり方

①両方の手のひらをあわせてゆっくりとおじぎをする。

②うしろをむいて気をつけをする。(肩の力をぬく)

