

※うちのひとといっしょによみましょう

# ほけんだより

令和8年4月10日

4月号 保健室

上尾市立上平小学校

新しいクラス・友達・先生と出会いの多い4月が始まりました。保健室では、毎日元気に学校生活を送れるよう、お手伝いをしていきたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

新年度がスタートし、新しい環境での生活が始まりました。大人も子供も環境の変化によって大きなストレスを感じる場合もあり、時には体調を崩すこともあります。特に低学年のお子様は、なかなか自分では不調を訴えることができない場合もありますので、環境の変化のあるこの時期は、ゆとりをもってお子様の健康状態をよく観察していただければと思ひます。

いつもとちょっと違うかな？と感じたり、体調が悪かったりしたときには、熱が低い場合でも無理をさせずに、ご家庭で休ませてください。朝の忙しい時間ではありますが、よろしくお願ひします。

## 学校医の先生方を紹介します

- 内科 江原 一也先生
- 内科 前田 賢司先生
- 耳鼻科 中島 正己先生
- 眼科 中田 吉則先生
- 歯科 岡田 栄一先生
- 歯科 伊藤 有葉先生
- 薬剤師 小林 有美子先生

\*健康診断や検査等でお世話になります。



## 4月・5月上旬の保健行事

- 4月 9日(木) 4・5・6年 身体測定
- 10日(金) 1・2・3年 身体測定
- たんぽぽ 身体測定
- 13日(月) 1年 心臓検診
- 14日(火) 3・5年 聴力検査
- 15日(水) 1年 聴力検査
- 16日(木) 2年・たんぽぽ 聴力検査
- たんぽぽ 視力検査
- 17日(金) 1年 視力検査
- 20日(月) 2年・3年 視力検査2次
- 21日(火) 4年 視力検査2次
- 22日(水) 6年 視力検査2次
- 23日(木) 5年 視力検査2次
- 28日(火) 尿検査配布日 全学年
- 30日(木) 尿検査1次 回収日
- 心臓検診予備日(欠席者)

- 5月 1日(木) 尿検査1次 予備日
- ※2~6年生の視力検査は、一度教室で行い、ひっかかった場合に2次検査で詳しく検査を行います。

## よろしくおねがいます

保健室を担当します。今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。



## 4月の保健目標 自分のからだを知ろう

これからいろいろな健康診断があります。健康診断は、これから1年間元気に過ごすための大切な行事です。自分のからだや健康に興味をもって、元気な毎日を過ごすようにしましょう。

### 視力検査

目の見えかた

### 眼科検診

目や目のまわりのようす

### 聴力検査

耳の聞こえのようす

### 耳鼻科検診

耳・鼻・のどのようす

### 尿検査

腎臓病や糖尿病などが  
ないかどうかのチェック

### 運動器検診

手や足、骨・関節  
などのようす

### 身体計測

身長・体重、  
成長のようす

### 歯科検診

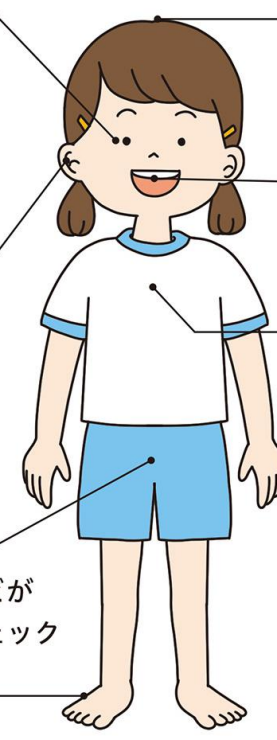
歯やあご、歯肉  
(歯ぐき)のようす

### 内科検診

心臓や肺、骨・  
皮ふのようす、  
栄養がとれているか  
どうかのチェック

### 結核検診

「結核」という  
病気のうたがいが  
ないかどうかの  
チェック



内科検診では、結核、運動器検診、脊柱検査もあわせて行います。耳鼻科、歯科、結核、運動器の問診票を配布しました。期日までに提出のご協力をお願ひいたします。

## ほけんしつ の ルール

保健室は、みんなのためのものです。保健室に来るときは次のルールを守りましょう

- なるべく先生に伝えてから来ましょう。
- 来た理由や用事を伝えましょう。
- 休んでいる人がいるときは、特に静かにしましょう。
- 入るときや出るときはあいさつをしましょう。

