



さいたま市立東宮下小学校保健室 令和7年4月8日 発行

入学・進級おめでとうございます✿  
新しい環境、新しい友だちにワクワクしている人も多いと思  
います。でも、張り切りすぎてつかれてしまわないように、自分の  
ペースで新しい生活をスタートさせてくださいね。  
保健室も、みなさんが元気に学校生活を送れるように、心と体  
の健康をサポートしていきます。よろしくお願ひいたします。

### 今月の保健目標

自分の体をよく知ろう



### みんなのほけんじゅ☆だから... こんなふうに手を使してね!



養護教諭の  
き、元気がないとき…いつでもほけんしつで待っています♪

ほけんだよりでは、毎月保健に関するをお知らせしていきます。ご家庭でお子  
さまと話題にしていただけすると嬉しいです。高学年のみなさんは自分で読んで  
みてくださいね✿



です。けがをしたとき、体調が悪いと

お家の方へ

～児童の保健室の利用と早退について～

登校後、体調が悪くなった場合、保健室で休養することができます。休養するのは、2時間程度とし、  
改善しない場合は早退し、家庭での休養や医療機関の受診をおすすめします。その際は、お子さまの安全  
上、お迎えに来ていただくようお願いしています。

また、けがなどの継続的な手当ては原則としておこなっておりません。ご理解をよろしくお願いします。

うらもあります (定期健康診断の日程について)

けんこうしんだん  
健康診断がはじまります！



じっし ひ 実施日	こうもく 項目	たいしようがくねん 対象学年	れんらく じ こう 連絡事項
4月	8日(火) 保健関係書類配付 ①緊急連絡票 ②保健調査票 ③運動器・脊柱側弯症問診票 ④耳鼻科アンケート ⑤心臓検診調査票 ⑥色覚の調査	全学年	<p>• 提出期限 4月10日(木)</p> <p>• お子さまのことでの直接伝えたいことなどがありましたら、担任又は保健室までご連絡ください。</p> <p>• 緊急連絡票は必ず連絡が取れるところをご記入いただき、変更があった場合は、速やかに担任へ連絡してください。</p>
	11日(金) 発育測定	全学年	• 髪の毛の長い人は、低い位置で結んできましょう。
	14日(月) 聴力検査	全学年	
	15日(火) 視力検査	全学年	• めがねをかけている人は裸眼・矯正視力ともに測定します。
	16日(水) 色覚検査	1・4年生 希望者	
	17日(木) 耳鼻科検診	全学年 (5・6年は対象者のみ)	<p>• 事前アンケートを実施し、検診時の資料にします。</p> <p>• 5・6年生はアンケートにチェックのあった人のみ実施します。前日は、必ず耳のそうじをしましょう。</p>
5月	8日(木) 歯科健診	全学年	• よく歯をみがいてから登校しましょう。
	9日(金) 尿検査	全学年	• 5月7日に検査セットを配布します。予備日は15日です。
	20日(火) 内科検診・四肢の状態の検査	全学年	<p>• 結核に関する問診票を5月9日配布、16日に回収し、内科検診の資料にします。</p> <p>• 運動器・脊柱側弯症問診票をもとに校医さんに診ていただきます。</p>
	22日(木) 眼科検診	全学年	• 事前アンケートを実施し、眼科検診の資料にします。(5月9日配布、16日回収です。)
6月	2日(月) 心臓検診(心電図検査)	1・4年生	• 当日はできるだけお休みしないようにしましょう。

※学校における定期健康診断は、確定診断を行うものではなく、心配のあるものや疑いのあるものを選び出す「スクリーニング(選別)」です。『健康診断のお知らせ』を受け取った場合は、なるべく早くお医者さんに診ていただきましょう。通知を受け取らなかった場合は、『異常なし』です。

せわ がっこう いき けんこうしんだん かくていしんだん おこな しんばい うたが えら だ  
お世話になる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方