



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。よろしくお願いします。

今月の保健目標

自分の体をよく知ろう

みんなのほけんしつ ☆ だから… ☆ こんなふうに利用してね!



養護教諭の ますみ です。けがをしたとき、体調が悪いとき、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、毎月保健に関することをお知らせしていきます。ご家庭でお子さまと話題にいただけると嬉しく思います。高学年のみなさんは自分でも読んでみてくださいね☆



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いたします。

うらもあります（定期健康診断の日程について）



じっし び 実施日	こうもく 項目	たいしょうがくねん 対象学年	れんらくし ころ 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 1・4年生	<p>ていしゅつきげん がつ にち ・提出期限4月10日(木)</p> <p>・お子さまのことで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	ぜんがくねん 全学年	<p>かみ け なが ひと ひく い ち むす ・髪の毛の長い人は、低い位置で結んでみましょう。</p>
	14日(月) 聴力検査	ぜんがくねん 全学年	
	15日(火) 視力検査	ぜんがくねん 全学年	<p>ひと ら がん きょうせい しりょく ・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。</p>
	16日(水) 色覚検査	1・4年生 きぼうしや 希望者	
	17日(木) 耳鼻科検診	ぜんがくねん 全学年 (5・6年生は対象者のみ)	<p>じぜん じっし けんしん じ しりょう ・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	ぜんがくねん 全学年	<p>は どうこう ・よく歯をみがいてから登校しましょう。</p>
	9日(金) 尿検査	ぜんがくねん 全学年	<p>がつなのか けんさ はいふ よびひ ・5月7日に検査セットを配布します。予備日は15日です。</p>
	20日(火) 内科検診・四肢の状態の検査	ぜんがくねん 全学年	<p>けっかく かん ちんしんひょう はいふ ・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>うんどう き せきちゅうそく しょうもんしんひょう こうい ・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	ぜんがくねん 全学年	<p>じぜん じっし がんか けんしん しりょう ・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。)</p>
6月	2日(月) 心臓検診(心電図検査)	1・4年生	<p>とうじつ やす ・当日はできるだけお休みしないようにしましょう。</p>

※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 がおうい がおうし か い がおうやくさいし せんせいがた
お世話になる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方