

ほけんだより 4月



令和8年4月6日
台東区立松葉小学校
校長 松尾 敦
養護教諭 伊東麻梨子

ご進級おめでとうございます！

今日からまた新年度がスタートしました。新しい先生、新しい友達、新しいことがいっぱいの新学期。知らないうちに疲れもたまります。夜は早めに寝て、からだの調子を整えるようにしましょう。

みなさんが心も体も元気いっぱいにご過ごせるように、保健行事に関するお知らせや健康に関する知識など、「ほけんだより」を通して様々な情報をお届けしていきます。おうちの方と一緒に読んでください。

ほけんもくひょう 4月の保健目標 ジぶんのからだを知ろう

日時	項目	対象学年	【もちもの】、注意事項
7日(火)午前	はついくそくてい 発育測定	4・5・6年、ひまわり	【も】体育着 
8日(水)午前		1・2・3年	
9日(木)	ちようりよく 聴力	3・5年	・4、6年生は聴力検査なし。 
10日(金)		1・2年、ひまわり	
13日(月)10:50～	しんでんず 心電図	1年全員、該当者	【も】体育着
14日(火)	しりよく 視力	5・6年	【も】めがね 
15日(水)		3・4年	
16日(木)		1・2年、ひまわり	
20日(月)13:30～	がんだ 眼科	全員 	・前髪が長い人は、とめるか結ぶ。
22日(水)～9:00	にようけんさ 尿検査	全員	・21日に尿検査セット配布。 ・22日の早朝尿を採取し提出する。 
23日(木)13:30～	じびか 耳鼻科	全員 	・耳そうじをしておく。 ・髪の毛が耳にかからないようにとめるか結ぶ。
24日(金)～9:00	にようけんさ 尿検査 よびび 予備日	22日に提出 できなかった人	・24日の早朝尿を採取する。 ・9:00までに保健室に提出する。
13:40～	ないか 内科	3・5年	【も】体育着
27日(月)13:40～	ないか 内科	4・6年	【も】体育着

※お子さまと予定や持ち物の確認をお願いいたします。

※学校の健康診断は、スクリーニング(疑いのある者を見つける)検査です。受診して異常がない場合もありますので、ご承知おきください。

※医師の診察が必要な際にはその都度、「結果のお知らせ」をお渡ししています。お知らせを受け取った場合は、できるだけ早めに受診していただきますようお願いいたします。

ほけんしつ^のルール

ほけんしつは、けがをしたときや体調^{たいちよう}がわるいとき、また、健康^{けんこう}について学びたい、心配^{しんぱい}なことを相談^{そうだん}したいときなどに利用^{りよう}することができます。



先生^{せんせい}に理由^{りゆう}を言って、ことわってから来る



すり傷^{すりきず}は水道^{すいどう}の水^{みづ}で、自分で洗^{あら}ってから来る



入室^{にゅうしつ}するときは「しつれいします」と挨拶^{あいさつ}を



室内^{しつない}の器具^{きぐ}を使う^{つか}うときは一声^{ひとこゑ}かけてから



休養^{きゅうよう}している人^{ひと}がいるときは静^{しず}かにする



～保護者の皆様へ～

<朝の健康観察について>



新しい生活が始まったこの時期はとくに緊張や疲れで体調を崩す児童が増えてきます。ご家庭でお子さんを送り出す前に、毎朝の健康観察をお願いします。
熱がなくても朝から体調がよくない場合は、ゆっくり休ませてください。

✓チェックポイント

- 朝すっきりと目覚めたか
- 朝食を適量食べられたか
- 下痢や便秘をしていないか
- 熱はないか
- 顔色は悪くないか
- 咳や鼻水など不調がないか
- いつもと変わらないか

<保健室の利用について>

- ・ 保健室は簡単な応急手当や、一時的な休養を行う場です。けがや病気の治療や継続しての手当てはできません。また、保健室での休養は原則 1 時間としています。回復の見込みがなく、それ以上の休養が必要な場合や受診が必要な場合にはご連絡させていただきますので、ご協力をお願いします。
- ・ すり傷等の手当ては水洗浄、ガーゼ、ばんそうこう等による応急処置を行います。特定の薬剤(マキロン等)や湿布等にアレルギー等がある場合は、お知らせください。



<今年度お世話になる学校医の先生方>

健康診断の日に欠席した場合は、各家庭での学校医の診療所へ受診をお願いします。



内科校医	関戸クリニック	関戸 俊樹先生
歯科校医	はな 歯科	戸邊 真希子先生
眼科校医	あさひな眼科クリニック	朝比奈 章子先生
耳鼻科校医	岡添耳鼻咽喉科眼科医院	岡添 真介先生
学校薬剤師	青葉調剤薬局	土屋 千雅子先生