

# ほけんだより



蓮代寺小学校 保健室  
令和8年4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます。かわいい1年生を迎え、蓮代寺小学校の新たな一年が始まります。みなさんが元気に成長していくことを願っています。

4月の保健目標 **自分の体をよく知ろう**

## 健康診断が始まります

健康診断は自分の体を知ることができる大切な検査です。どれだけ成長したか、体の調子の悪いところがないかなどを知ることができます。毎日を健康に過ごすために、自分の体に目を向けてみましょう。



検査の日	対象学年	検査項目	気をつけること
4月	8日(水)	全学年 身体計測	• 体操服を持ってきましょう。
		1.2.3.5年 聴力検査	• 耳の掃除を済ませておきましょう。
	9日(木)	1年 心臓検診	• 安心して検査を受けましょう。
	10日(金) 13日(月)	全学年 視力検査	• 必ず眼鏡を持ってきましょう。 • コンタクトを使っている人は先生に伝えてください。
	21日(火)	全学年 歯科検診	• 歯みがきをしておきましょう。
	23日(木)	全学年 内科・結核検診	• 体をきれいに洗っておきましょう。 • 体操服を持ってきましょう。
5月	20日(水)	全学年 尿検査	• 朝1番のおしっこをとりましょう。
	21日(木)	1・4年 耳鼻科検診	• 耳の掃除を済ませておきましょう。
6月	25日(木)	1・4年 眼科検診	• 顔をきれいに洗っておきましょう。

### ◆◆保護者の皆様へ◆◆

健康診断は、異常の疑いがあるかをスクリーニングするために行うものです。健康診断で異常の疑いがある場合は、結果のお知らせ(ピンク色の紙)をお渡ししますので、早めに医師の診察や相談を受けてくださるよう、お願いします。また、治療が終わりましたらお知らせを学校までご提出ください。

がっ こう い しょう かい  
**学 校 医 の 紹 介**

- **学校医** 吉田 克彦 先生
- **学校歯科医** 野田 至康 先生
- **学校薬剤師** 面 明子 先生



こんねん ど せ わ  
 今年度お世話になります。

ほけんしつ せんせい おおえまさよ  
 保健室の先生の「大江昌代」です。  
 みなさんが健康でえがおで過ごせる  
 ようにお手伝いをしたいと  
 思います。  
 よろしくお願ひします。



かんせんしょうたいさく ひ つ づ ねが  
**感染症対策について引き続きお願ひします**

◆ **せきエチケット**

- **せきやくしゃみ、鼻水が出る時は、マスクをつける。**
- **必要な時にマスクをつけられるよう、マスクの予備をランドセルに入れておく。**



◆ **毎朝のおうちでの健康観察**

- **いつもの様子とちがう時は、体温を測る。**
- **前日に高熱があった時や朝から体調のすぐれない時は、無理をせずに休養する。**



◆ **ていねいな手あらい**

- **給食前、掃除の後、トイレの後は、ていねいに石けんで手を洗う。**
- **きれいなハンカチは毎日、身に付ける。ハンカチのかしかりはしない。**
- **検診前には、手あらいをする。**



げつまつにあるうばきズック持ち帰りの際に、  
 歯ブラシやコップも持ち帰りましょう。

◆ **お昼の歯みがき** (\*お昼に歯みがきをしたい人は持ってきてもよいです)

- **手洗い場では密にならないようにする。**
- **口に入れた水を吐き出す時は、まわりに飛ばないように気をつける。**



※歯ブラシをくわえたまま、ぜったいに歩き回らない。

● **お願ひ** ● コロナやインフルエンザ等の**感 染 症**と**診 断**された場合は、速やかに学校にご連絡下さい。