

# ほけんだより 4月

情報引用元：日本学校保健研修社“健”

いよいよ新年度が始まりました。入学・進級おめでとうございます！保健室では、みなさんのこれからの学校生活が健康に楽しく過ごせるよう、サポートしていきます。まずは、もう一度自分の生活リズムを見直し、元気に4月をスタートしましょう！

養護助教諭の

\*\*\*です。

よろしくお願いします！

なにかあれば、気軽に声をかけてください。



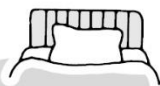
## 保健室に来室するときは・・・？

### 保健室はこんな場所です

ケガの手当て  
をしてくれる



体調が悪いときに  
休める



悩みを  
相談できる



体や心について  
聞ける



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。

「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

### 保健室を利用するときは



いつ・どこで・どうなったのか  
教えてください

保健室に行く前に、

① に伝えよう。

- A 保護者
- B 先生や友だち
- C ペット





～健康診断の日程～

- 4/11(火)：身体計測・視力・聴力・・・全学年
- 4/26(水)：腎臓検診(尿検査)・・・全学年
- 5/17(水)：歯科検診・・・全学年
- 5/18(木)：心臓検診・・・1年生
- 5/25(木)：眼科検診・・・全学年
- 6/15(木)：内科検診・・・全学年
- 6/28(水)：耳鼻科検診・・・全学年

4月の健康診断でのお願い

- ・身体計測の服装は、長袖のジャージ（半袖・ハーフパンツでも可）で行います。
- ・視力では、メガネ・コンタクトを使用している場合はつけたまま検査を受けてください。

お世話になる  
学校医の方々

学校医	： **	**	先生
歯科医	： **	**	先生
眼科医	： **	**	先生
耳鼻科医	： **	*	先生
薬剤師	： **	**	先生

「健康診断」で何がわかるの？

<p>身体測定</p> <p>バランス良く成長できているか。 肥満や、やせはないか。</p>	<p>視力検査・眼科検診</p> <p>見えにくくなっていないか。 目の病気はないか。</p>
<p>聴力検査 耳鼻咽喉科検診</p> <p>聞こえにくくなっていないか。 耳・鼻・のどの病気はないか。</p>	<p>歯科健診</p> <p>むし歯や歯周病はないか。 歯並びやかみ合わせの状態はどうか。</p>
<p>運動器検診</p> <p>骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。</p>	<p>尿検査</p> <p>腎臓の病気や、糖尿病などはないか。</p>
<p>内科検診</p> <p>心臓や肺、皮膚などに異常はないか。 貧血はないか。 栄養状態に問題はないか。</p>	<p>心電図検査</p> <p>心臓に病気や異常はないか。</p>

健康診断は、

- ・自分の成長や健康状態を知る
- ・病気の疑いがないかを調べる
- ・自分の体や健康に関心をもつ

これらのことを目的に行っています！

ぜひ、自分の健康について意識できるきっかけとなればと思います。

保護者の皆様へ

これから健康診断を行わせていただきますが、各検診の結果を配付させていただきます。その際、治療などが必要となった場合には「治療勧告」を発行させていただきますので、早めに医療機関への受診をお願いいたします。