

4月 ほなんだより



令和8年4月7日
練馬区立小竹小学校
保健室

ご入学・ご進級、おめでとうございます！

新しい学年やクラス、先生や友達との出会いにわくわくしているお子さんもいれば、緊張や不安を感じているお子さんもいることと思います。4月は環境の変化が大きく、心も体も疲れやすい時期です。そのため、「朝起きにくい」「食欲がない」「なんとなく元気がない」など、いつもと少し違う様子が見られることがあります。新しい環境に慣れるまで、ぜひお子さんの様子に気を配っていただきたいと思います。元気に学校生活を送るためには、規則正しい生活が大切です。「早寝・早起き・朝ごはん」を心掛け、帰宅後はゆっくり体を休める時間を確保できるよう、ご家庭でもご配慮をお願いいたします。また、不安や疲れを感じているときは、話を聞いてもらうだけでも安心できます。学校での一日の様子をぜひお子さんから聞き、温かく見守っていただければ幸いです。

保健室でも、子供たちが安心して学校生活を送れるよう見守ってまいります。気になることがありましたら、いつでもご相談ください。今年度もどうぞよろしくをお願いいたします。



《4月の保健目標》 自分の体を知ろう！

健康な体をつくるためには、まずは己を知ることからです！4月は保健行事がたくさんあります。自分の体を知るととても良い機会です。改めて自分の体に目を向けてみましょう！！

定期健康診断が始まります！

4月から6月にかけて、様々な健康診断の予定が入っています。

健康診断は発育の様子や体の調子を調べる大切な検査です。お子さんに「自分の健康を守るための健康診断」であることをぜひお話いただきたいと思います。また、多くの提出物や準備をお願いすることになりますが、注意事項をよくお読みになり、期日厳守のご協力をよろしくお願いいたします。

① 保健調査票・・・全員

1年生と転入生は新規作成となります。2～6年生は「住所・連絡先」「予防接種歴・病歴」等に変更がある場合は修正・加筆をしてください。「緊急連絡先」は必ず連絡が取れる番号を記入してください。携帯電話だけではつながらないこともありますので、「勤務先の名称と電話番号」の記入もお願いいたします。「家庭でのようす項目21～28」は四肢の検査に関係します。ご家庭で調査票の裏面を参照し、お子さんの様子をチェックしてください。平熱の記入や項目1～28に該当なしの場合のチェックも忘れずに記入してください。

② 結核検診問診票・・・全員 提出前に必ず記入漏れがないか、確認をお願いいたします。

③ 心臓病検診調査票・・・1年生 提出前に必ず記入漏れがないか、確認をお願いいたします。

④ 色覚検査希望調査表・・・4年生 希望の有無を全提出となります。

※上記4点について、提出期限4/10（金）
の厳守にご協力をよろしくお願いいたします。

① 保健調査票（全員）

② 結核検診問診票（全員）

③ 心臓病検診調査票（1年生のみ）

④ 色覚検査希望調査表（4年生のみ）



定期健康診断予定表



月	火	水	木	金
4月 	7 始業式 保健調査票・結核検 診問診票配布 (2~6年生)	8 入学式 保健調査票・心臓病検 診調査票・結核検診問 診票配布(1年生)	9 色覚検査希望調査 表配布(4年生)	10 心臓病検診 (1年生) ★体育着を忘れずに!
13 発育測定/ 視力検査 4・6年生 ★メガネを忘れずに!	14 発育測定/視力 検査/聴力検査 3・5年生 ★メガネを忘れずに!	15 発育測定/視力 検査/聴力検査 1・2年生 ★メガネを忘れずに!	16 ★発育測定は 髪型注意! 	17 
20 開校記念日 	21	22	23	24
27 ★28日のため、 耳掃除を忘れずに!	28 耳鼻科健診 (全学年) 	29 昭和の日	30 歯科健診 (全学年) ★朝の歯みがきを 忘れずに!	1 尿検査1次 (全員) 


- ☆健康診断の結果、受診が必要な場合はその都度お知らせいたします。内科・眼科・耳鼻科の治療報告書は医師の「水泳の可否」報告が含まれていますので、水泳指導までに必ず提出してください。
- ☆その他の結果については、全ての健康診断終了後(6月中旬ごろ)にお知らせいたします。
- ☆食物アレルギーによる給食対応児童の保護者との面談を1年生は入学式後、給食開始までに行います。2年生以上の保護者との面談は4月中に行います。日程調整にご協力をお願いいたします。

お世話になる校医の先生方

- 内科：近藤 誠 先生
 近藤医院：小竹町1-76-18 TEL：3972-0040
- 歯科：荒川 桂一 先生
 荒川歯科医院：豊玉北5-15-1 TEL：3991-4105
- 眼科：榎本 孝恵 先生
 小竹向原眼科：小竹町2-3-1 TEL：5926-8588
- 耳鼻科：永田 美也子 先生
 ながたクリニック：練馬1-27-7 TEL：5912-1187
- 学校薬剤師：尾崎 秀孝 先生

保健室は・・・





養護教諭の 山上 萌 です。
 健康診断についてや、お子さんの健康面など何か心配なことがありましたら、いつでもご相談ください。
 今年度も引き続き、どうぞよろしく
 お願いいたします。

