

保 健 だより

4月

令和7年4月7日
練馬区立豊玉南小学校
校 長 長谷川 修
養護教諭 富田 紀子

ご入学おめでとうございます。いよいよ今日から小学校生活がスタートします。新たなクラス、友達との出会いが楽しみだったり、不安だったりしているかもしれません。新しいことが始まると、慣れるまで疲れがたまりやすくなります。早寝・早起き・朝ごはんの規則正しい生活を心がけ、体調を整えていきましょう。

4月の保健目標

けんこうしんだん ただ う
健康診断を正しく受けよう



朝の健康観察をお願いします



新学期は慣れない環境の中で疲れがたまりやすく、その影響で体調を崩してしまいがちです。規則正しい生活はもちろん、毎朝の健康観察も忘れずにお願いいたします。

健康観察の ポイント

- ☐発熱はないか ☐顔色はよいか
- ☐食欲はあるか（朝食は食べられたか）
- ☐発熱以外の風邪症状がないか（頭痛や腹痛、のどの痛み等）
- ☐表情に変化はないか ☐排便の調子はどうか

上記の項目をチェックして、元気なときと比べて「いつもと違う」というときには、無理をせず家庭で様子を見てください。また、前日に発熱し翌朝には解熱したという場合でも、体調が万全になったとは限りませんので、念のために学校を欠席しましょう。万全の体調で登校ができるようご家庭のご協力をよろしくお願いいたします。

1年生の保護者の皆様へお願いです

書類提出締切 9日（水）

保健関係諸用紙の記入について ※3種類あります！

本日配布した封筒において、保健調査票・心臓病検診調査票・結核健診問診票を配布しました。もれのないよう、内容をご記入いただき、**9日（水）までに**茶封筒「新年度 提出書類」に入れて提出してください。

保健調査票には緊急連絡先を記入する欄があります。体調不良やけがによる早退・病院受診等に関する連絡の際に使用しますので、日中連絡がつく連絡先や勤務先等をご記入ください。

提出期限が早く大変申し訳ございませんが、区への提出期限がありますので、記入漏れがないよう十分ご確認の上、提出期限を過ぎることがないようにご協力をよろしくお願いいたします。

マスクの持参について

給食当番の児童はマスクを着用します。また、感染症の流行時には感染予防のためにマスク着用を呼びかけることもありますので、常時ランドセルにマスクを3枚程度入れておいてください。

日本スポーツ振興センター災害給付制度について

学校の管理下（家を出てから帰るまで）でけがをした場合に、スポーツ振興センターより給付金が支給される制度です。書類を提出していただき、申請をしてからの支給となります。

給付金は原則口座振込となります。振込先は、教材費や給食費等の振替で指定した保護者様名義のゆうちょ口座となります。その際に、振込手数料が66円かかり保護者負担となりますので、ご承知おきください。なお、給付金を支給する場合には学校からお知らせをお渡しさせていただきます。

詳しい内容につきましては、本日配布した封筒の中に「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について」という文書を配布させていただきますので、ご確認ください。

令和7年度 定期健康診断の日程

健康診断が始まります。自分の発育や健康状態について知り、体の調子を整えて新学期をスタートしましょう。年に一度の大切な健康診断ですので、できる限り欠席や遅刻等がないよう、ご理解ご協力をお願いいたします。

月	日	曜日	保健行事等	対象学年	準備すること
4	9	水	身体測定	4. 5. 6年生	体育着を用意する 頭の上で髪を結ばない
	10	木		1. 2. 3年生	
	14	月	聴力検査	5年生	耳掃除をしておく
	15	火		3年生	
	16	水	心臓病検診	1年生	体育着を用意する
	17	木	聴力検査	2年生	耳掃除をしておく
	18	金		1年生	
	22	火	内科健診	4. 5. 6年生	体育着を用意する
	24	木	内科健診	1. 2. 3年生	
	25	金	腎臓病検査（一次検査）	全学年	※容器は前日に配付 当日朝一番の尿をとります。 （予備日5/9）
5	1	木	歯科健診	5. 6年生	朝の歯磨きを忘れない
	8	木	耳鼻科健診	全学年	耳掃除をしておく 髪の毛が耳にかからないようにする
	9	金	腎臓病検査（予備日）	一次未提出者	当日朝一番の尿をとります
	12	月	視力検査	6年生	眼鏡を持っている人は忘れずに
	13	火		5年生	
	14	水		4年生	
	15	木	歯科健診	1. 2年生	朝の歯磨きを忘れない
	16	金	視力検査	3年生	眼鏡を持っている人は忘れずに
	19	月		2年生	
	20	火		1年生	
	28	水	腎臓病検査（二次検査）	該当者	該当者には事前にお知らせします
	29	木	眼科健診	全学年	朝の洗顔をしっかりとする 前髪が目にかからないようにする
6	5	木	歯科健診	3. 4年生	朝の歯磨きを忘れない



【内科】
【眼科】
【耳鼻科】
【歯科】
【薬剤師】

藤澤
森田
小山
上原
岡田

惇平先生（藤澤こどもクリニック）
琢先生（森田眼科）
哲先生（小山小児科・耳鼻咽喉科医院）
直先生（上原歯科医院）
裕子先生