

ほけんだより 4月

令和8年4月8日
練馬区立
光が丘夏の雲小学校
校長 外山 俊吾
養護教諭 弦間紫乃

あたら いちねん
新しい一年がスタートしました。ご入学・ご進級おめでとうございます。あたら いちねん はじ
新しい一年が始まると
ワクワクしますね。でも、だいじょうぶ ふあん
大丈夫かな？と不安になることもあるかもしれません。そんなときで
もだいじょうぶ がっこう
も大丈夫！学校には「ほけんしつ」があります。びょうき なに こま
病気やケガ、何か困ったことがあったら、気軽
にほけんしつ
保健室にきてくださいね！



けんこうしんだん
4月から健康診断が行われます。じぶん からだ けんこう
自分の体が健康かどうかを知る機会
です。しっかり受けましょう。

日	曜	内容	学年
9	水	けいそく 計測	5年
10	金		4年
13	月		3年
14	火		2年
15	水		1年
16	木		6年
17	金	じび かけんしん 耳鼻科検診	3・4年
20	月	じび かけんしん 耳鼻科検診	2・5年
21	火	じび かけんしん 耳鼻科検診	1・6年
22	水	ちようりょくけんさ 聴力検査	1年
24	金	がん かけんしん 眼科健診	全学年
27	月	ちようりょくけんさ 聴力検査	2年
28	火	ちようりょくけんさ 聴力検査	3・5年
30	木	しんぞうけんしん 心臓検診	1年生

健康診断が始まります!

けんこうしんだん
健康診断では、いろいろな検診・検査をして、体が健康かどうかを調べます。

- 視力検査**
目の見えかた
- 眼科検診**
目や目のまわりのようす
- 聴力検査**
耳の間こえのようす
- 耳鼻科検診**
耳・鼻・のどのようす
- 尿検査**
腎臓病や糖尿病などが
ないかどうかのチェック
- 運動器検診**
手や足、骨・関節
などのようす
- 身体計測**
身長・体重、
成長のようす
- 歯科検診**
歯やあご、歯肉
(歯ぐき)のようす
- 内科検診**
心臓や肺、骨・
皮ふのようす、
栄養がとれているか
どうかのチェック
- 結核検診**
「結核」という
病気のうたがいが
ないかどうかの
チェック

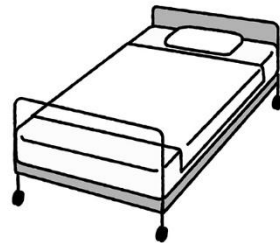
けんこうしんだん
健康診断は、みなさんの体がどのように、どれくらい成長したか、
体に異常や病気がないかを調べる大切なものです。健康診断のときは、
「一列に並んでしずかに待つ」「校医の先生にあいさつする」などの約束を守りましょう。

／ こんなき、気軽に利用してください ／

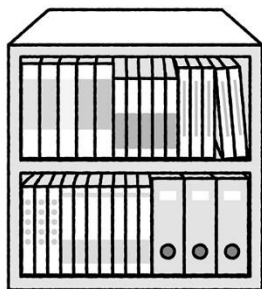
保健室の機能と役割について



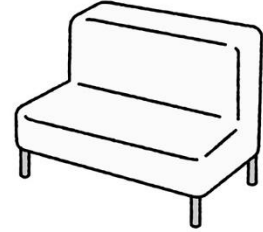
ケガをしたときの救急
処置。継続的なケガの
処置はできません。



具合が悪いときの
一時的な休養。長引く
時は早退になります。



健康のことを学べる。
体や心についての本
や資料もあります。



体のこと、心のこと、
悩みや心配ごとが
あったら相談できる。

保護者の皆様へ ～保健室について～

- ① 保健室での怪我の手当では学校で怪我をした場合の救急処置のみ行います。継続した治療は行いませんので、当日以降はご家庭で経過を見ていただきますようお願いいたします。また病院受診の際はスポーツ振興センターの対象となりますのでお申し出ください。
- ② 体調不良などでの保健室での休養は1時間までとなっております。回復の見込みがない場合は、早退をお願いしております。
- ③ 下着を汚してしまった場合は新しいものを渡しますので、新品のものを学校に返してください。洋服は洗ってお返してください。



おうちの方へ

「いってらっしゃい」の前に
お子さんの健康観察をお願いします。

- 熱はありませんか？
- 顔色は悪くないですか？
- 食欲はありますか？
- いつもと違うところはありませんか？



気になる点があれば、
小さなことでもお知らせください。

日本スポーツ振興センターの 災害共済給付制度が使えます

学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

学校の管理下でのケガ等が対象です



3割負担の場合、自己負担の総額が1,500円以上の医療費が対象です

※治療を始めたら、学校にお知らせください。

光が丘夏の雲小学校の養護教諭の弦間紫乃です。2年目となります。

好きな食べ物は親子丼です。(自分で作るのも好きですし、なか卯の親子丼も大好き)

今年もまた光が丘夏の雲小のみなさんとかかわることができることをうれしく思っ

ています。健康に気を付けて、1年間過ごしましょうね！