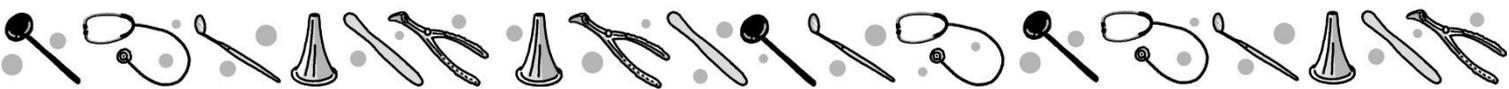
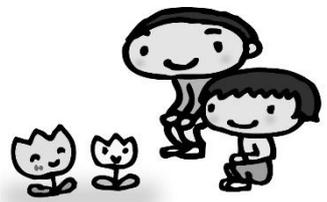


# ほけんだより 4月

令和5年4月6日  
練馬区立下石神井小学校  
保健室

ごにゅうがく ごしんきゅう  
御入学、御進級おめでとうございます。  
いちねんせい しょうがっこうせいかつ にねんせいじょう ひと あたら  
一年生は、小学校生活がスタートし、二年生以上の方も新し  
いクラスや先生にワクワクした新鮮な気持ちなのではないでしょ  
か。みなさんが、いっしょうけんめい いろいろなこと ちょうせん できるよう、  
ほけんしつ みまも おも いっぼう しんがっき はし きづ  
保健室からも見守っていきたいと思います。一方で、新学期が始まり、気付かないうちに  
しんしん つか おも あたら かんきょう な じゅうぶん すいみんじかん  
心身の疲れがたまってくるかと思ひます。新しい環境に慣れるまでは、十分に睡眠時間  
を確保していただき、いつも以上にお子さんの健康観察をよろしくお願いいたします。



## 保健室はこんなときに来てね

- ケガをしたとき
- 体調が悪いとき
- 悩みや心配ごとがあるとき
- からだや健康について知りたいとき



## ★保健関係の書類の提出をお願いします★

提出物	対象学年	配布日	回収日
保健調査票	全学年	4月6日	4月10日
結核健診問診票	全学年	4月6日	4月10日
心臓病検診調査票	1年生 転入生	1年生・・・配布済(新1年生保護者会にて)	1年生・・・4月6日 (入学式)
		転入生・・・転入手続き時	転入生・・・4月10日

ウラもあきます

# 4月のほけん目標: 「健康診断を正しく受けよう」



## なんのためにしらべるの?

- ◎からだの状態や成長の様子が分かる
- ◎異常・病気を早く見付けられる・早くなおせる
- ◎自分のからだについて知り、興味もてる
- ◎健康に生活するための目標が分かる



学校における健康診断は、病気の疑いがあるものを選び出す「スクリーニング」です。「受診のお知らせ」を受け取っても、受診の結果、「異常なし」のこともあります。なるべく早く病院で診てもらうことをお勧めします。

## 健康診断 なにをしらべる? なんのため?

今月から健康診断が始まります。1年生のみなさんはぜひ、おうちの人といっしょに読んでみてください。2年生以上のみなさんはおさらいとして読んでください。

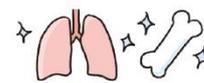
### なにをしらべるの?

#### ★身体計測

身長・体重から、成長の様子はどうか

#### ★内科

心臓や肺、骨・皮ふの様子、栄養がとれているか

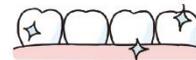


#### ★運動器

手や足、骨・関節などに異常や病気がないか

#### ★歯科

歯やあご、歯肉(歯ぐき)に異常や病気がないか



#### ★耳鼻科

耳・鼻・のどに異常や病気がないか

#### ★眼科

目や目のまわりに異常や病気がないか

#### ★視力

目がどのくらい見えているか

#### ★聴力

耳がどのくらい聞こえているか

#### ★結核

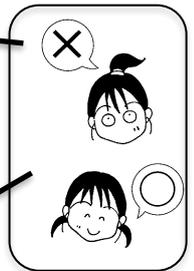
「結核」という病気のうたがいがないか

#### ★尿

腎臓病や糖尿病などのうたがいがないか

## 健康診断スケジュール

日程	項目	学年	注意事項
4月7日(金)	身体計測	4~6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体操着持参</li> <li>・頭頂部で髪の毛を結わないでください</li> <li>・目に前髪がかからないようにしてください</li> <li>・メガネ持参(ふだんかけている人)</li> </ul>
	視力検査		
4月10日(月)	身体計測	1~3年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体操着持参</li> <li>・頭頂部で髪の毛を結わないでください</li> <li>・目に前髪がかからないようにしてください</li> <li>・メガネ持参(ふだんかけている人)</li> </ul>
	視力検査	2~3年	
4月19日(水)	視力検査	1年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目に前髪がかからないようにしてください</li> <li>・メガネ持参(ふだんかけている人)</li> </ul>
4月20日(木)			
4月26日(水)	内科検診	1・3・5年	・体操着持参
4月27日(木)	聴力検査	5年	・耳の出る髪型にしてきてください
4月28日(金)	聴力検査	3年	・耳の出る髪型にしてきてください



※変更がある場合は、学校からお知らせします。

※その他、各学年、視力再検査があります。(両目ともにA(1.0)でない場合)