

# ほけんだより 4月号

令和8年4月8日  
練馬区立北原小学校  
養護教諭 小川 奈緒子

## ご進級、おめでとうございます。

新しいことばかりで、ドキドキわくわくしている人が多いのではないのでしょうか。「早寝・早起き・朝ごはん」を心掛けて、心も体も元気に過ごしていきましょう。保健室では、みなさんが毎日元気に過ごすことができるようサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。



### 保健室はこんな時に利用します

けがをしたとき



ぐあいがわるいとき



はなしやそうだんを  
したいとき



からだやころろについて  
しりたいとき



### 保健室を利用するときのルール



来る前に先生に伝える



入る時、出る時にあいさつ



しずかに

保健室は、みんなが利用する場所です。

気持ちよく利用できるように、ルールを守りましょう。

## 保護者の方へ

### ◆保健関係書類の記入・提出について

早退・けがの連絡や健康診断で必要となりますので、4月10日（金）までにご提出ください。緊急連絡先の記入については、携帯電話のみの記入の場合、なかなか連絡がつかず、迅速な対応が難しくなります。そのため、必ず勤務先の番号等も記入していただきますようお願いします。

個人情報を取り扱う書類は、「保健関係・重要書類」という白い封筒に入れて配布します。学校から白い封筒に入れて配布された書類は、再度白い封筒に入れてご提出ください。

提出物	対象学年	記入時の留意点
保健調査票	全学年	・緊急連絡先、病歴等変更点を赤で記入 ・裏面の該当学年の欄に家庭でのようす・連絡を記入
耳鼻いんこう科問診票	全学年	・質問を読み、当てはまるものに○をする
結核健診問診票	全学年	・質問を読み、当てはまるものに○をする
心臓病健診調査票	1年生 他学年希望者	・氏名の「フリガナ」を必ず記入する ・質問を読み、当てはまるものに○をする
色覚検査申込書	4年生	・希望の有無に○をする

※心臓病健診は、1年生が対象ですが、2～6年生でまだ一度も受けたことがない、または受診を希望する場合は4月9日（木）までにお申し出ください。

### ◆日本スポーツ振興センター給付金について

「日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」について」、「日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」のお知らせ」に詳細が記載されていますので、お読みください。学校管理下でのけが等で医療機関を受診した場合は学校までご連絡ください。

### ◆定期健康診断結果について

4月から6月にかけて、定期健康診断を実施します。診断の結果、病院受診が必要な場合や異常があった場合は、「受診のお知らせ」をお渡しします。医療機関を受診していただき、結果を学校までご提出ください。「受診のお知らせ」を渡された人でも、医師の診断の結果「異常なし」とされる場合があります。学校での健康診断は、スクリーニング（病気・異常の疑いがあるものを選び出すこと）であるため、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

内側に定期健康診断の日程を載せました。  
注意事項も合わせてお読みください。



## 4月の定期健康診断日程



日程		項目	学年	注意事項
4月	10日(金)	発育測定	1～6年	・体育着持参 ・頭頂部で髪を結ばない
		視力検査	2～6年	・メガネ持参(普段かけている人) ・目に前髪がかからないようにする
		保健調査票・各種問診票回収		
	13日(月)	心臓健診	1年・ 他学年希望者	・体育着持参
	16日(木)	内科健診	1・6年	
	17日(金)	眼科健診	全学年	・目に前髪がかからないようにする
	21日(火)	内科健診	3・5年	・体育着持参
	23日(木)	内科健診	2・4年	
	27日(月)	歯科健診	2・4年	・朝、きちんと歯を磨いてくる
	28日(火)	歯科健診	3・5年	
30日(木)	歯科健診	1・6年		



### ◆学校医の紹介

健康診断をはじめ、みなさんが元気に過ごすためにサポートしてまいります。

- ・内科 今井 政人 先生 (練馬高野台病院 3904-5300)
- ・耳鼻科 鈴木 晶裕 先生 (鈴木耳鼻咽喉科 3997-9430)
- ・眼科 竹内 裕貴 先生 (たけうちアイクリニック 5848-8582)
- ・歯科 樋口 和彦 先生 (ひぐち矯正歯科医院 5393-8880)
- ・薬剤師 橋本 弘子 先生





## 5・6月の定期健康診断日程



日程	項目	学年	注意事項	
5月	7日(木)	尿検査容器配布		
	8日(金)	尿検査	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝一番の尿を採ってくる</li> <li>・キャップをしっかりと閉めて提出する</li> </ul>
		耳鼻科健診	1・6年	
	12日(火)	耳鼻科健診	2・4年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・耳掃除をしてくる</li> <li>・耳に髪がかからないようにする</li> </ul>
	14日(木)	聴力	2年	
	15日(金)	尿検査1次 2回目	1次未提出者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝一番の尿を採ってくる</li> <li>・キャップをしっかりと閉めて提出する</li> </ul>
		聴力	3年	
	18日(月)	聴力	5年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・耳掃除をしてくる</li> <li>・耳に髪がかからないようにする</li> </ul>
	19日(火)	移動教室 事前健診	6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康観察表を持ってくる</li> </ul>
	22日(金)	耳鼻科健診	3・5年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・耳掃除をしてくる</li> <li>・耳に髪がかからないようにする</li> </ul>
27日(水)	尿検査2次	1次未提出者・ 2次対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝一番の尿を採ってくる</li> <li>・キャップをしっかりと閉めて提出する</li> </ul>	
6月	4日(木)	色覚検査	4年(希望者)	
	19日(金)	歯みがき 巡回指導	4年	