

ほけんだより

令和7年 4月8日

練馬区立泉新小学校

校長 山岸 史子

保健室 田代 鈴花

しんねんと はじ 新年度が始まりましたね。みなさん、どんな春休みを過ごしましたか？これからもしっかり生活
しゅうかん ととの 習慣を整え、手洗いをし、健康に一年を過ごしましょう。



けんこうしんだん 健康診断について

4～6月にかけて、いろいろな検査や検診があります。来週からは、学校医の先生の検診も始
まります。そこで、みなさんにおねがいがあります。

○記録をまちがえないように、名前をはっきりと言ってください。

○髪の毛の長い人は、検診の日には、まとめたりピンでとめたりして、すっきりした髪型にして
ください。

○提出物は忘れずにもってきてください。

※保健関係の日程も書いてあるので
よくご確認ください。

ほけんしつりよう 保健室利用のやくそくについて

- ・保健室へ来るときは、必ず担任の先生へ伝えてから来てください。（専科の授業は専科の先生）
- ・付き添いは、保健係か保健委員の人1名までです。
- ・傷口はよく洗ってから来てください。
- ・保健室の先生がいないときは、担任の先生に手当てをしてもらってください。
- ・子供だけでは保健室に入りません。



お家のかたへ

検診や検査が終わりましたら、必要な人に「結果のお知らせ」をお渡しします。受け取られまし
たら、速やかに医療機関を受診していただき、下部の「受診報告書」を担任へ提出してください。
なお既に定期的に通院している場合等は、その旨を保護者の方が「受診報告書」に記入し、提出し
ていただいても構いません。

れ い わ ね ん ど て い き け ん こ う し ん だ ん ほ け ん ぎ ょ う じ
令和 7 年度 定期健康診断・保健行事



☆保健関係書類配布・提出日

- ・ 1 年生（保健調査票・結核検診問診表・心臓病検診調査票）

→配布・・・4 月 7 日（月） 提出・・・4 月 1 1 日（金）

- ・ 2 年生以上（保健調査票・結核検診問診表）

→配布・・・4 月 8 日（火） 提出・・・4 月 1 1 日（金）

※保健調査票は、進級後の学年欄への記入と、緊急連絡先などの加除修正をお願いします。

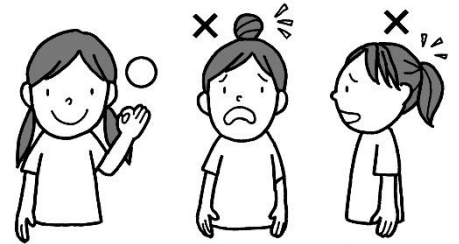
月	日	曜	項目・学年	時間	場所
4	9	水	身体計測（全学年） 視力検査（2～6年）	8：50～	体育館
	10	木	聴力検査（5年）	午前中	保健室
	11	金	聴力検査（3年）	午前中	保健室
	15	火	歯科検診（2・4・6年）	8：40～	家庭科室
	16	水	耳鼻科検診（全学年）	8：50～	わかたけ
	17	木	聴力検査（2年）	午前中	保健室
	21	月	聴力検査（1年）	午前中	保健室
	22	火	視力検査（1年）	午前中	保健室
	23	水	腎臓検診（全学年）	8:50までに提出	保健室
5	2	金	腎臓検診 2 回目（対象者）	8:50までに提出	保健室
	7	水	心臓病検診（1年、転入生）	午前中	家庭科室
	8	木	眼科検診（全学年）	8：50～	わかたけ
	12	月	内科検診（1・3・5年）	13：05～	保健室
	13	火	歯科検診（1・3・5年）	8：40～	家庭科室
	15	木	内科検診（2・4・6年）	13：30～	保健室
	21	水	腎臓検診2次（対象者、未提出者）	8:50までに提出	保健室
6	10	火	歯科染色テスト（3・4年）	午前中	家庭科室・体育館
10	17	金	移動教室事前検診（6年）	13：30～	保健室
11	4	火	移動教室事前検診（5年）	13：30～	保健室

けんこうしんだん う かた 健康診断の受け方

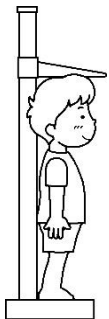
しんだいけいぞく

身体計測 〈9日(水)全学年〉

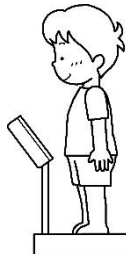
- ① 体育着で測ります。上着やくつ下は教室でぬいでおきます。
- ② 足元の目印にそって、前後で間隔をあけて並んでください。
- ③ かみの毛の長い人は、頭の上や後ろでむすばないかみがたにしてください。
- ④ 「きろくカード」を持って、ならんで体育館に行きます。おしゃべりをせず、前の人のやり方をよく見てみましょう。
- ⑤ はかったら係の先生が「きろくカード」に記入します。



そくてい じゅんぱん 測定する順番



1 しんちょう
身長



2 たいじゅう
体重

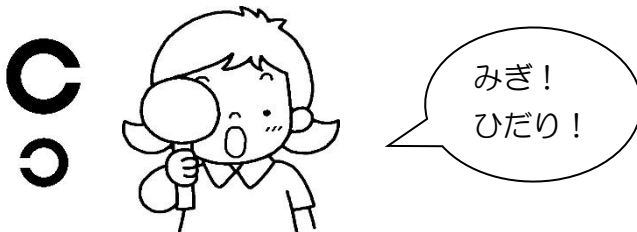
すべて終わったら、「きろくカード」出入口においてあるかごに入れてから教室へ戻ります。

しりょくけんさ 視力検査

〈9日(水)2～6年生 21日(月)1年生〉

みぎめ けんさ
右目から検査をします。

- ① 両目を開けたまま、左手で左目をそっとおおいます。
 - ② 前の方に視力計があり、黒い輪が出ています。その輪の切れているところを答えます。
- * よく見えない時は「わかりません」と言ってください。右目が終わったら、左目もやります。
- * メガネをかけている人は、最初にはずして検査をし、次にメガネをかけて検査をします。



ちゅうりょくけんさ 聴力検査

〈10日(木)5年生 11日(金)3年生 17日(木)2年生 21日(月)1年生〉

※4・6年生はなし

みぎみみ けんさ
右耳から検査をします。

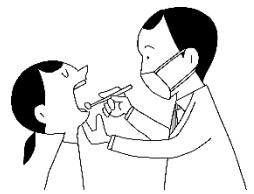
- ① 耳に受話器（レシーバー）をあててください。
 - ② 2種類の音を出すので、聞こえたら手をあげてください。
- ひだりみみ おな けんさ
左耳も同じように検査します。



し か けんしん 歯科検診

〈15日(火)2、4、6年生 5月13日(火)1、3、5年生〉

歯科検診では、歯や歯ぐきが健康な状態であるか、歯こうや歯石がたまっていないか、歯のかみ合わせや、あごの状態が正常かどうかなどについて調べます。歯科医の先生が、きちんと調べることができるように、検診の前に、しっかりと歯をみがいて、食べかすなどのよごれを落としておきましょう。



がん か けんしん 眼科検診

〈5月8日(木)全学年〉

視力検査は「見え方」を調べるのに対して、眼科検診では、目（ひとみや白目の部分）やまぶたの裏側などを片方ずつ見て、目の病気や視力にえいきょうをあたえる目の異常がないかどうかを調べます。結果のお知らせをもらった人は、水泳指導が始まる前に治療しておきましょう。



じんぞうびょうけんしん にょうけんさ 腎臓病検診(尿検査)

〈4月23日(水)全学年〉

おしっこ（尿）は、血液中のいらなくなったものを材料にして、じん臓でつくられたものです。そして、じん臓から尿管を通して、ぼうこうにたまり、体の外に出されます。

おしっこを調べることで、じん臓が健康かどうかを調べることができます。

にょう けん さ 尿検査をする前に

ぜんじつ
前日

・ビタミン入りの
ジュースなどは
飲まない



・夕食後に、激しい運動はしない



とうじつ
当日

①目が覚めたら、
すぐに尿をとる



②出始めの尿は
ながしてから、
採取する



③提出容器に移し
て、ふたをしつ
と



④尿をとり終えたら
手を洗う



※必ず、提出用の青い袋と容器に名前シールを貼ってください。

詳しくは容器等と一緒に配布される説明用紙を参照してください。