


# こころ＊からだ＊ のびやかに

渋谷区立西原小学校  
令和7年4月8日  
ほけんだより前期号  
校長 博多正勝

 お子さんと読んでください。

4月保健目標  
健康診断を受け、自分のからだを知ろう



入学・進級おめでとうございます。これからの一年間、みなさんが心も体ものびやかに成長することができるように、お手伝いをします。今年もどうぞよろしくお願いいたします。次号の夏休み明け号は、Home&Schoolで送信する予定です。

## ～保護者の方へ～

**保健関係書類 提出していただくものについて** 提出日 4月11日（金）

下記の物を配ります。提出日までに封筒に入れてお子さんに持たせてください。  
どうぞよろしくお願いいたします。

- 1 年生…「心臓検診調査票」（入学式の日に配りました）
- 2～6年生…「保健調査票」（新しい学年の分をご記入ください）

## おうちでの健康観察を・・・

学校生活での生活を元気に過ごすために、毎朝おうちでの健康観察が大切です。お忙しいことと思いますが、いつもと違う気になる様子がないかをみてから登校させてください。

## 必ず、毎日持たせてください

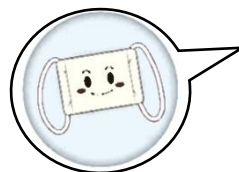
ハンカチ



ティッシュ




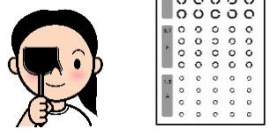
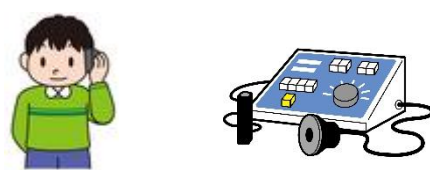

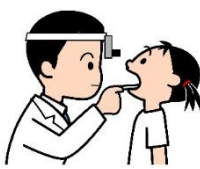



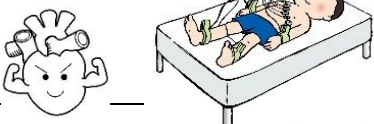
マスクの予備



## スクールカウンセラーの予約もできます

お子さんの成長や発達など心配なことや相談したいことがある方は、スクールカウンセラーのカウンセリングを受けることができます。保健室からも予約できます。お尋ねください。

～健康診断ではこんなことを調べます～

<p><b>発育測定</b></p> <p>成長の様子をみて、やせすぎや太りすぎがないか調べます。</p> <p>体育着を着て行います。 (4月・8～9月・1月)</p>	 <p>身長                      体重</p>
<p><b>視力検査</b></p> <p>目がどのくらい見えているか調べます。</p>  <p>メガネを持っている人はかけて行います。</p>	<p><b>聴力検査</b></p> <p>耳がどのくらい聴こえているか調べます。</p> 
<p><b>内科検診</b></p> <p>心臓や肺、骨、皮膚の様子、栄養がとれているかを調べます。</p>  <p>運動器検診も行います。</p>	<p><b>耳鼻科検診</b></p> <p>耳・鼻・のどに異常や病気がないか調べます。</p> 
<p><b>眼科検診</b></p> <p>目やその周囲に異常や病気がないか調べます。</p>  <p>眼科検診ではメガネは必要ありません。</p>	<p><b>歯科検診</b></p> <p>歯やあご、歯肉に異常や病気がないか調べます。</p>  <p>★検診は午前です。 家での歯みがきをお願いします。</p>
<p><b>腎臓検診</b></p> <p>腎臓病や糖尿病などの疑いがないか調べます。 忘れずに提出してください。</p> 	<p><b>心臓検診</b></p> <p>心臓に異常や病気がないか調べます。</p> 

○健康診断について

- ・昨年度より、内科検診、心臓検診、脊柱側湾症検診（6年対象）以外を男女混合で行っています。
- ・検査・診察の場面においては、正確な検査・診察のため、必要に応じて、医師が、体操服・下着やタオル等をめくって視触診したり、体操服・下着やタオル等の下から聴診器を入れたりする場合があります。ご承知おきください。

## ○歯みがきカード 6月4日～10日予定

2年生と5年生児童に歯みがきカードを配ります。

ていねいにみがく習慣を、この一週間で改めて身に付けさせてください。



## ○色覚検査 7月予定

4年生の全員に希望表を配ります。1～3年生の受けたい方は、4年生になった時に希望をしてください。5・6年生の受けたい方は、4年生の時に受けていない場合は希望を出すことができます。

## ～保健室の利用について～



学校でけがをしたとき、ぐあいが悪くなったとき



心や体のことや健康について知りたいとき



なやみを相談したいとき、話を聞いてほしいとき

## ～保健室では「できない」こと～



### ×家でのけがの手当て

### ×継続した手当て

保健室での手当ては「応急処置」です。

繰り返しの治療が必要なときは、受診をお願いします。



### ×飲み薬をもらう

保健室は病院や薬局ではないので、飲み薬をわたしたり、飲ませたりすることはできません。



### ×長い時間、休む

ぐあいが悪くて少し休んでも教室へ戻ることが難しいときなどは、おうちの人に連絡をします。そのときは、おうちの人にお迎えに来てもらうので「早退」になります。

## ～学校医・薬剤師の先生 紹介～

内 科 保科 眞美先生	ほしなこどもクリニック 西原2-34-9
眼 科 石岡 みさき先生	みさき眼科クリニック 上原 1-22-6 1F
耳鼻科 南 隆二先生	みなみ耳鼻咽喉科 幡ヶ谷2-18-16
歯 科 樋口 暢子先生	AZ デンタルクリニック笹塚 2-1-12
薬剤師 荒木 勇雄先生	

※健康診断のときや学校の環境検査でお世話になります。