

4月 保健だより

令和7年4月号
幸手市立さくら小学校
保健室 No.1



さくら小学校では朝の健康観察「元気です」と一緒に、ハンカチ・ちり紙の確認を毎日行います。また月1回、衛生検査（ハンカチ・ちり紙・つめ・歯ブラシ）があります。毎朝のチェックを習慣にしましょう。保健だよりでは、毎日を健康に過ごすために知ってほしい健康のポイントなどをご紹介します。

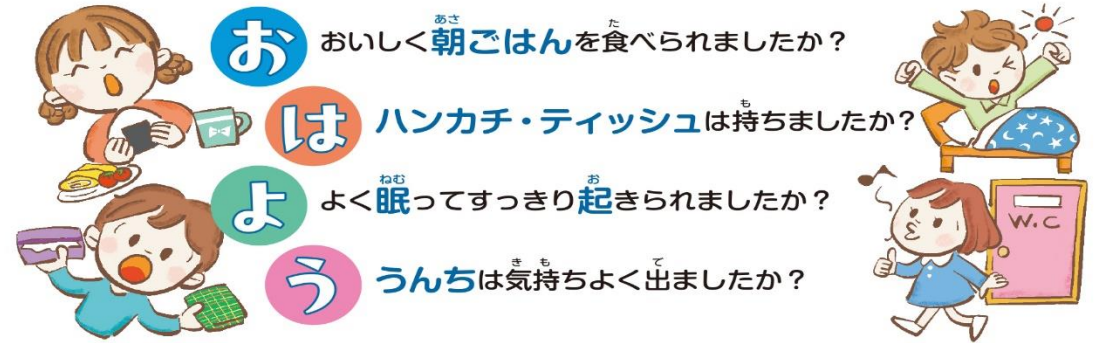
おうちの人と一緒に読んでくださいね。



今月の目標

自分の体を知ろう

毎朝の「おはようチェック」を習慣に



お おいしく朝ごはんを食べられましたか？

は ハンカチ・ティッシュは持ちましたか？

よ よく眠ってすっきり起きられましたか？

う うんちは気持ちよく出ましたか？

4月 保健行事

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
<p>8日 始業式・入学式</p>	9日	10日 はついくそくてい 発育測定 (5・6年)	11日 はついくそくてい 発育測定 (3・4年)	
身長…髪の毛は頭の上で結ばないでね！				
14日 はついくそくてい 発育測定 (1年・2年・こすもす)	15日 ちょうりよくけんさ 聴力検査 (3年・5年)	16日	17日 ないかけんしん 内科健診 (3・4年)	18日 しりよくけんさ 視力検査 (6年)
21日 しりよくけんさ 視力検査 (4年)	22日 しかけんしん 歯科健診 (4・6年)	23日	24日 ないかけんしん 内科健診 (2・5年)	25日 しりよくけんさ 視力検査 (5年)
★歯みがきはいつもていねいにね！		★長い髪はゴムでまとめてくださいね！		
28日 しりよくけんさ 視力検査 (2年・こすもす)	29日	30日 しりよくけんさ 視力検査 (1・3年)	5月1日 しかけんしん 歯科健診 (3・5年)	
★視力検査の日は、メガネを忘れずに！				

健康診断って？ なにをするの？

みなさんの体に
病気や異常がないかを
調べます

詳しい検査や
治療を受ける
きっかけに



自分の体のことがわかります

成長のようすや
どのくらい健康か
知る手がかりに



自分の体のことを考える機会です

「もっと健康になるには？」
「これからも健康でいるには？」
いっしょに考えましょう



保健室は、みなさんの心と体が元気にすごせるようにお手伝いします。けがや

病気の手当てのほか、自分の体について知りたいとき、心配や不安があるときに

も来てくださいね。養護教諭の新井直子です。よろしくお願ひします。



けん こう しん だん
健康診断

こんなことを
調べます

身長・体重 身体測定
去年と比べてどれくらい大きくなったかな？
太りすぎや痩せすぎではないかな？

目 眼科検診、視力検査
見えづらくなっていないかな？
目の病気はないかな？

耳・鼻 耳鼻科検診、聴力検査
聞こえづらくなっていないかな？
病気の疑いはないかな？

おしっこ 検尿
朝いちばんのおしっこを
とってください！
おしっこに病気のサインが
隠れていないかな？

歯 歯科健診
歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？
むし歯や歯肉炎などはないかな？

心臓・肺 内科検診
からだの中の病気はないかな？
内科検診では、ほかにも
目やのどの様子、皮ふの
病気がないか、栄養状態
なども診ています

骨・関節 運動器検診
動きの悪いところや痛みはないかな？
背骨や肩のゆがみはないかな？

保健室へ来たなら教えてほしい
6つのポイント

ケガをしたときや調子が悪くなったときの
あなたの状況を教えてください。

① いつ

② どこで

③ 体のどこが

④ だれと

⑤ どうして

⑥ どうなった

校医の先生方をご紹介します

内科：瀬川 裕史先生（ワイズレディースクリニック）

歯科：小林 和明先生（小林歯科医院）

薬剤師：関谷 陽子先生（クオール薬局）



*今年度もお世話になります。廊下であつたら元気よくあいさつ
しましょう。

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

授業中 授業中 授業中 授業中

授業中 課外指導中 休憩時間中 通学中 など

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

※治療を始めたなら、学校にお知らせください。

おうちの方へ

- 「行ってらっしゃい」の前に、お子さんの健康観察をお願いします。咳がでる、食欲がないなどいつもと違うところがあったら、体温を測ってみてください。
- 保健室では応急処置を行います。継続治療を行う場所ではありません。ご家庭で回復しない場合は、病院に受診をしてください。また、保健室は内服薬を提供していません。学校で内服薬を飲む必要がある場合は、担任にお知らせください。
- 学校の管理下で負傷をして医療を受けた時に医療費等が給付される災害給付制度があります。共済掛金の保護者負担額460円を5月の口座振替の際に徴収します。制度については配布した文書をご覧ください。