

# 4月のほけんだより

令和5年4月6日  
昭島市立共成小学校  
校長 森本 弘子  
保健室  
2～6年生用

春になりました。新しい一年のスタートです。みなさんが元気に毎日をすごせるように、保健室からせいいっぱい、応援します。養護教諭の牧口 聖絵です。どうぞよろしくお願ひします。

「ほけんだより」でも、みなさんが自分の身体をずっと守っていくための情報を伝えていきます。どうぞよろしくお願ひします。



## 健康診断が始まります！

みなさんの体の様子を知るために、4月7日から健康診断が始まります。「自分がどれだけ成長しているのか」「くわしい検査や治りょうの必要な病気はないのか」「ふだんの生活で気を付けることはないのか」などを知るための大事な行事です。自分の健康は、自分で守るもの。しっかりと受けましょう。

## 健康診断を上手に受けるには

### ●前日までの準備

- ・手足のつめを切っておきましょう
- ・お風呂に入って体を清けつにしましょう
- ・清けつな下着を着ましょう
- ・メガネなどの持ち物のチェックをしましょう
- ・耳そうじや歯みがきをしておきましょう



### ●健康診断の当日には

- ・おしゃべりをせず、静かに自分の順番を待ちましょう
- ・学校医さんにはあいさつをしっかりと、質問されたらはっきりと答えましょう
- ・かみの毛が長い人は、じゃまにならないかみ型にしましょう  
(下のほうで結ぶ。前がみはピンなどで留める)



## 健康診断の結果をもらったら

人の結果は

のぞかない



人の結果を

たずねない



人の結果が

見えても言わない



# 保護者の方へ

お子様のご進級おめでとうございます。新しい一年が始まりました。今年度から着任しました、養護教諭の牧口聖絵と申します。保健室からお子様の心や体のサポートをしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い申し上げます。

さて、4月から健康診断が始まります。それに伴い、ご記入をお願いする書類を2種類お配りいたしましたので、期日までにご提出をお願いします。



提出期限 **4月10日(月)** までとなります

## 保健調査票の記入について

保健調査票は「学校医による健康診断の診察」、あるいは「日常の学校生活での健康管理」、そして「緊急時に対応するための資料」として活用しています。この機会に見直しをしていただき、変更点がないのか全体に目を通してください。なお、緊急連絡先は**確実に連絡がとれる電話番号**を1つ以上ご記入ください。

「健康状態について」の欄はあてはまる場合は「○」を該当しない場合は「/」をご記入ください。2・3年生には“整形外科”の項目がありますので裏面の注意事項を見ながらご記入ください。

お子さんと一緒に  
確認してみてください



## 健康診断 何を調べるのかな？

### 視力検査

どのくらい見えるかな？

### 身長・体重の測定

体の発育・発達はどうかな？

### 眼科検診

目の病気はないかな？

### 聴力検査

よく聞こえているかな？

### 結核検診

結核にかかっていないかな？

### 心電図検査

心臓の働きはどうかな？

### 耳鼻科検診

耳や鼻、のどの病気はないかな？

### 歯科健診

むし歯や歯ぐきの病気はないかな？ 歯並びはどうかな？

### 尿検査

腎臓などの病気はないかな？ 糖尿病ではないかな？

### 内科検診

栄養不良、肥満傾向、貧血はないかな？  
皮膚や胸の形などに異常はないかな？  
気管支や肺、心臓に異常はないかな？



### 運動器検診

背骨は曲がっていないかな？  
骨や関節に異常はないかな？