



令和7年度 4月号
世田谷区立千歳台小学校
校長 仙北 貴紀
養護教諭

☆4月のほけんもくひょう☆

自分のからだについて知ろう。

入学・進級おめでとうございます！！



養護教諭の

です。

みなさんが安心して学校生活を送れるように全力でサポートしていきたいと思っています。何か心配なことや困ったことがあったらいつでもご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

これから保健だよりでは、みなさんが健康な生活を送るためのお手伝いとして、さまざまなことをお伝えしていきます。ぜひおうちの人と一緒に読んでくださいね。

4月はさっそく健康診断がはじまります。この機会に、自分の体のことを知り、興味をもってほしいと思います。日にちを確認してしっかりと受けましょう。

健康診断の日程は裏のカレンダーで確認しましょう。

合っているのはどれ？

保健室を使うときのルール

ケガをしたり、体調が悪くなったりしたときに行く保健室。使うときには守ってほしいルールがあるよ。

☐ に当てはまるのはどれかな？

保健室のルール その1

保健室に行くときは
☐ に
言ってから行こう。

- ① おうちの人
- ② 先生
- ③ 宇宙人



保健室のルール その2

保健室に入るときは
☐ をしよう。

- ① あいさつ
- ② 準備運動
- ③ お願い



保健室のルール その3

保健室にあるものは
☐.

- ① 夜になると動き出す
- ② 勝手に触らない
- ③ 全部使い放題



保健室のルール その4

保健室で借りたものは
☐.

- ① 自分のものにしている
- ② 友だちに貸してあげる
- ③ 使い終わったら返す



こたえ



② 先生

突然いなくなると先生がびっくりするよ。先生がい不在ときは、友だちに先生に伝えるようお願いしてから保健室に行こう。

こたえ



① あいさつ

入る前に「こんにちは、失礼します」など、あいさつをしてね。学年や組、名前も伝えられるととってもいいよ。

こたえ



② 勝手に触らない

壊れやすいものや薬などの危険なものもあるよ。使いたいときは保健室の先生に一言伝えてからにしよう。

こたえ



③ 使い終わったら返す

保健室で貸し出す保冷剤や氷のう、湯たんぽなどは学校のものだ。使い終わったら必ず返してね。

けんこうしんだんよてい
4月の健康診断予定

月	日	曜日	開始時刻	内容	対象学年
4	8日～18日	火～金	じゅぎょう じ 授業時	しりよくけんさ 視力検査	3～6年
	9日	水		しんだいけいそく 身体計測	5・6年
	10日	木		しんだいけいそく 身体計測	3・4年
	11日	金		しりよくけんさ 視力検査	2年
	14日	月		ちようりよくけんさ 聴力検査	2年
	15日	火		ちようりよくけんさ 聴力検査	3・5年
	16日	水	8：45～	ないかけんしん 内科検診	2・4・6年
	17日	木	じゅぎょう じ 授業時	しりよくけんさ 視力検査	1年
	18日	金		しんだいけいそく 身体計測	1・2年
	23日	水	8：45～	ないかけんしん 内科検診	1・3・5年
	24日	木		ちようりよくけんさ 聴力検査	1年
	28日	月	8：45～	しんぞうけんしん 心臓検診	1・4年、 ^{てんにゆう} 転入
	30日	水	じゅぎょう じ 授業時	じんぞうけんさ はいふ 腎臓検査（配布）	ぜんがくねん 全学年
5	1日	木	9：00まで	じんぞうけんさ かいしゅう 腎臓検査（回収）	ぜんがくねん 全学年
	8日	木	8：45～	がんかけんしん 眼科検診	ぜんがくねん 全学年

※身体計測と内科検診、心臓検診は体育着での実施となります。

体育着を忘れずに持ってきてましょう。

※5月9日以降の予定は後日お知らせします。

検査の結果、特に異常やお知らせすることがなかった人には、結果のお知らせは渡さず、健康診断が全て終わってから、けんこうカードに記録してまとめてお知らせします。



お世話になる学校医の先生方

- ・内 科：北澤 恵美子先生
（植田こどもクリニック）
- ・耳鼻科：三谷 芳美先生
（さくらがおか耳鼻咽喉科）
- ・眼 科：関根 麻紀先生
（関根眼科）
- ・歯 科：江畑 和利先生
（えばた歯科医院）

