



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\*

じぶん  
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！！ \* \*



ようこきょうゆ  
養護教諭の  
です。  
みなさんが安心して学校生活を送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ひいたします。  
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。

あ  
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  
言つてから行こう。

- 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 お願ひ

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い
- ② 友だちに貸してあげる
- ③ 使い終わったら返す

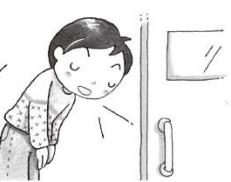
こたえ



② 先生

突然いなくなると先生がびっくりするよ。先生がないときは、ともに友だちに先生に伝えるように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もっといいよ。

こたえ



② 勝手に触らない

壊れやすいものや薬などの危ないものもあるよ。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よ。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	視力検査	3～6年
	9日	水		身体計測	5・6年
	10日	木		身体計測	3・4年
	11日	金		視力検査	2年
	14日	月		聴力検査	2年
	15日	火		聴力検査	3・5年
	16日	水	8：45～	内科検診	2・4・6年
	17日	木	じゅぎょうじ 授業時	視力検査	1年
	18日	金		身体計測	1・2年
	23日	水	8：45～	内科検診	1・3・5年
	24日	木		聴力検査	1年
	28日	月	8：45～	心臓検診	1・4年、転入
	30日	水	じゅぎょうじ 授業時	腎臓検査（配布）	全学年
5	1日	木	9：00まで	腎臓検査（回収）	全学年
	8日	木	8：45～	眼科検診	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つた人には、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)

