



令和8年4月7日
世田谷区立祖師谷小学校
校長 遠藤 優子
養護教諭

入学・進級おめでとうございます！

いよいよ新学期が始まりました。新しい環境にワクワク・ドキドキしますね。初めてのことや覚えることも多く、疲れて帰って来ることが多いかと思ひます。次の日も元気に登校できるように「早寝早起き朝ごはん」を心がけ、元気いっぱい的一年にしましょう。

〇〇〇〇先生
△△△△先生
保健室の先生

おねがい ほけんだよりは、健康診断などの保健の行事や健康に過ごすためのヒントをお知らせするお手紙です。おうちの人と一緒に読んでください。



健康診断がはじまります！

4月～5月にかけて、様々な健康診断を行います。いつ検査を受けるのか、どんな準備をしたらよいのか知っておきましょう。

4月の予定

月	火	水	木	金
6 始業式・入学式 保健関係書類配布 (1年生)	7	8 2計測 (5、6年)	9 2計測(3、4年、ぼ) 保健関係書類締切	10 2計測 (1、2年)
13 視力検査 (2、3年)	14 視力検査 (4、5年)	15 視力検査 (6年)	16 視力検査 (1年、ぼ)	17 聴力検査 (3、5年)
20 聴力検査 (1、2年、ぼ)	21 耳鼻科健診 (4、5、6年、ぼ)	22 眼科健診 (全学年)	23 内科健診 (1、2、3年)	24 耳鼻科健診 (1、2、3年)
27 腎臓健診提出日	28	29 昭和の日	30	

裏もありません

※聴力検査の対象学年…1、2、3、5年
※腎臓健診の日は、尿検査の提出を忘れずに！

健康診断

どんなことを調べるの？

計測
身長や体重をはかります。

持ち物 体育着
※かみの毛は上や後ろで結ばないでください。

視力検査
目がよく見えているかを調べます。

持ち物
めがね(持っている人)

聴力検査
音を聞き取ることができているかを調べます。

※耳掃除をしてきましょう。

腎臓健診(尿検査)
おしっこ(尿)から、腎臓などが病気になるかを調べます。

提出日 4月27日(月)

耳鼻科健診
耳や鼻、のどの病気がないかを調べます。

※耳掃除をしてきましょう。
検査の前に鼻をかみましよう。

眼科健診
目やまぶたに病気がないかを調べます。

持ち物
めがね(持っている人)
※前髪が長い人はとめます。

心臓健診
心臓がきちんと動いているか心電計を使って調べます。

持ち物 体育着

内科健診
心臓や皮膚、背骨の曲がりなどを見てもらいます。

持ち物 体育着
※髪が長い人は結びます。

歯科健診
歯やあご、歯肉(歯ぐき)に異常や病気がないかを調べます。

※歯を磨いてきましょう。