



令和8年4月6日
世田谷区立若林小学校

「保健室」と「ほけんだより」を どうぞよろしく！

ご入学、ご進級おめでとうございます。

保健室では、みなさんの『こころ』と『からだ』の健康を、保健の先生(「養護教諭」といいます)を中心に、いろいろな場面でサポートしていきます。どうぞ、よろしくお願いします。

「ほけんだより」は、毎日をもっと元気に・健康に過ごすために、そして、学校で勉強や、運動をしたり、遊んだりするうえで気を付けてほしいことや守ってほしいことを、こころやからだにつなげてお伝えします。

4月の保健目標

自分のからだを知ろう。

4月、5月は健康診断があります。健康診断は、自分のからだむき合い、健康について考える貴重な時間です。この機会に、自分の大切な体をよく知りましょう。

早く寝て体を休める！



早起きで頭がすっきり！



よい生活リズムを身につけよう

元気に勉強や運動！

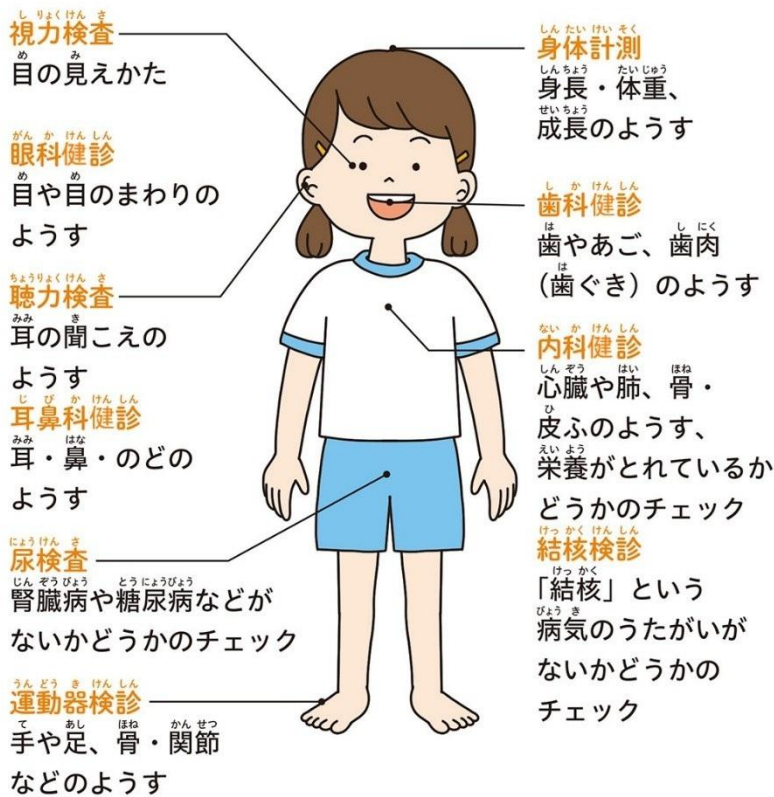


朝ごはんをパワーチャージ！



健康診断が始まります!

健康診断では、いろいろな検診・検査をして、体が健康かどうかを調べます。



<おうちの方へ> ~健康診断が始まります~

★提出物のお願い

4月から6月の定期健康診断期間に、様々な健診を行います。健診にともない、問診票やアンケートなどのご協力をよろしくお願いいたします。お忙しい中、お手数をおかけしますが、問診票や提出物などは締め切り期限を守ってのご提出よろしくお願いいたします。

★健康診断の結果について

学校では、健康診断で病気の疑いのある人にお知らせをしています。そのため、病院では「異常なし」と診断されることもあります。しかし視力の低下など、「毎年のことだから…」と、そのままにするのではなく、定期受診の目安として受診していただければと思います。また受診をされましたら、治療が終わったことを示す結果の用紙「〇〇健診結果のお知らせ」をご提出ください。

※異常がない場合は、お知らせは出しません。ご承知おきください。

★朝の健康観察のお願い

新年度がスタートしました。お子さんたちはやる気と期待に満ちあふれる一方、入学・進級に伴い環境が変わったことで、少なからず不安や緊張も抱えていることと思われます。楽しく充実した学校生活、また病気・異常の早期発見のためにも、朝(登校前)のお子さんの「健康観察」をお願いいたします。

- すっきりと起きられたか
- 朝食はしっかりとったか
- 頭、お腹などを痛がっていないか
- 気分は落ち込んでいないか
- その他普段と違うところはないか

気になることがありましたら、お気軽に担任・養護教諭までご相談ください。