



4月保健目標

自分の体を知ろう

令和6年4月 松島小 保健室

入学・進級おめでとうございます！

新しい1年のスタートです。環境が変わると疲れも出やすくなりますね。

自分のペースで少しずつ慣れていきましょう。また、じっくり休む時間も作りましょう。

元気に過ごすためには「早寝・早起き・朝ごはん」をしっかり守ることが大切です。

保健室は、みんなの元気をサポートしていきます。よろしくお願いします。

1日のスタートはあいさつから



健康診断日程 4月～6月まで、検査がつづきます！

月日	学年	検査	やくそく
4/10 (水)	6年	歯科検診	朝の歯みがき忘れずに
4/11 (木)	6年	身体測定	体育着忘れずに
4/12 (金)	5年	身体測定・聴力検査	体育着忘れずに
	全児童	保健調査票提出 <del>メ</del> 切	※記入もれがないように
4/15 (月)	4年	身体測定	体育着忘れずに
4/16 (火)	3年	身体測定・聴力検査	体育着忘れずに
4/17 (水)	5年	歯科検診	朝の歯みがき忘れずに
4/18 (木)	2年	身体測定・聴力検査	体育着忘れずに
4/19 (金)	全児童	尿検査容器・ぎょう虫検査セロファン配布	
4/22 (月)	全児童	尿・ぎょう虫検査	朝来たらすぐに出す
23(火) 24(水)		だす日	
4/26 (金)	1年	心電図検査	体育着忘れずに
5/1 (水)	4年	歯科検診	朝の歯みがき忘れずに
5/7 (火)	全児童	視力検査	めがねある人持ってくる
5/8 (水)	3年	歯科検診	朝の歯みがき忘れずに
5/15 (水)	2年	歯科検診	朝の歯みがき忘れずに
5/20 (月)	1年	身体測定・聴力検査	体育着忘れずに
5/22 (水)	1年	歯科検診	朝の歯みがき忘れずに
6/5 (水) 13:45～	1の3・2の3	内科 検診	お風呂に入り、体を清潔 にしておこう！ 体育着を忘れずに！
	3の1・3の3		
4の1・4の2			
6の1.2.3.4			
6/6 (木) 13:45～	1の1・1の2		
	2の1・2の2		
	3の2・4の3		
	5の1.2.3		

欠席届は、**8:15までに!**

届け方法

①QRコード→

②学校へ電話  
098-917-3325

※「欠席届用紙」が必要  
の方は、保健室へ連絡  
ください。

準備おねがい  
は  
**歯みがきセット**  
(コップ・ハブラシ・ポーチ)

給食後の歯みがきが  
スタートします。

- 金曜日は、以下のため  
持ち帰ります。
- ・歯ブラシの取り替え
- ・歯ブラシ・コップや布袋  
の洗たく

※おうちの方へ  
セットの  
チェック  
お願いします。

＜おてがみ回収中＞

★4/12金までに担任へ提出を！

①保健調査票 (全学年)

②心臓病調査票 (1年のみ)

★学校医 大城 聡 先生 (おおキッズクリニック)

★学校歯科医 眞座 孝先生 (たかし歯科医院)

★学校薬剤師 植田真紀先生 (リーフ調剤薬局)

内科検診や歯科検診、水質検査や照度検査等で  
お世話になります。よろしくお願ひ致します！

# 保健室の決まり

- 休んでいる人がいます。静かにしましょう。
- 担任の先生に「保健室に行っていていいですか」と言ってから来ましょう。
- すり傷や切り傷は、水できれいに洗ってから来ましょう。
- 体の様子を先生にくわしく伝えましょう。
- 本や資料、器具などは使う前に先生に言いましょう。

## 注意

※飲み薬を渡すことはできません。  
 ※けがや病気の応急手当てはできますが、治療はできません。そのあとの治療は病院へ行きましょう。

## なんで来たのか伝えます



# 健康診断がはじまります!

## 身長・体重をはかるときの注意

### 身長をはかるとき

- 背筋をぴんと
- 伸ばしましょう
- 髪の毛が長い人は横にまとめましょう



### 体重をはかるとき

- 中央に静かに乗きましょう



## 歯科検診

歯と口の中の健康状態を歯医者さんにみてもらいます。



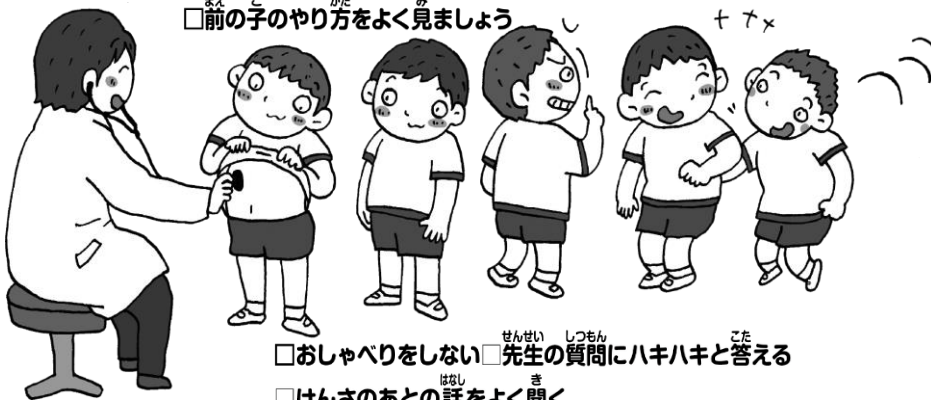
## 視力検査

どのくらいものが見えているかを調べます。



## 先生の検診を受けるときの注意

- しずかにならんでまちましょう
- 前の子のやり方をよく見ましょう



- おしゃべりをしない  先生の質問にハキハキと答える
- けんさのあとの話をよく聞く
- けんさの道具で遊んだりしない

## 聴力検査

聞こえにくい音がないかを調べます。



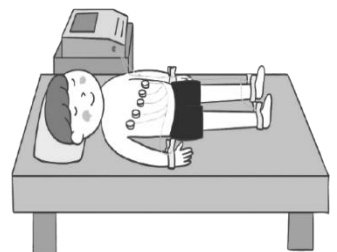
## 尿検査

おしっこを作る腎臓の働きに異常がないかを調べます。



## 心電図検査

心臓の動きや様子におかしなところがないかを調べます。



健康診断でどんな検査や検診を受けるのか、なぜこの検査や検診を受けるのかよく見て、知っておいてくださいね。また、成長のスピードは一人ひとり違います。ほかの人と比べないで大丈夫ですよ。