



令和7年4月8日
新宿区立戸塚第三小学校
校長
養護教諭

ご入学、ご進級おめでとうございます。4月は出会いの季節です。新しい先生や友達と元気に学校生活のスタートがきれよう応援しています。養護教諭は、今年度より赴任しました。です。どうぞよろしくお願いします。

この「ほけんだより」では、みなさんの健康に役立つ情報をお届けします。ぜひ、おうちの人と読んでくださいね。

保健室のルール

保健室をみんなが気持ちよく使えるように、守ってほしいルールがあります。まちがっているのはどの子かな？



1. 保健室に入るとき・出る時はあいさつを。

2. ケガをしたときは、傷口をきれいに洗ってから保健室に来てください。

3. 保健室で借りたものは、症状が落ち着いたら返してください。

4. 体調が悪くて休んでいる人もいます。保健室では静かにしましょう。

5. 具合が悪いときに寝るためのベッドです。

こんなときは、保健室に来てください！

★けがをしたとき

手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。



★具合が悪くなったとき

しばらく休めばよくなりそうなときはベッドで様子をみます。



★なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談にのります。



★からだや健康について知りたいとき

保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。



けんこうしんだんがはじまります！

内科検診



栄養状態、心臓や肺の音、骨や皮膚の様子は？

歯科検診



歯や歯ぐきに病気や異常はないかな？

眼科検診



目や目のまわりに病気や異常はないかな？

耳鼻科検診



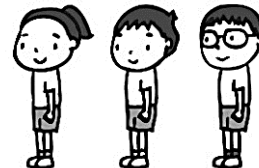
耳・鼻・のどに病気や異常はないかな？

けんこうしんだんをうけるときのルール

先生の話をよくきく

じゅんばんをすずにまつ

学校医さんにあいさつする





4月^{がつ}から6月^{がつ}にかけて実施^{じっし}する定期健康診断^{ていきけんこうしんだん}の日程^{にってい}をお知らせいたします。

月 日	検査内容（対象学年）	月 日	検査内容（対象学年）

※日程は変更になる場合もあります。

保健室から今月のミッション

（尿検査）を忘れない3つの作戦



容器をトイレのドアにはっておく



容器をまくらもとにおいてねる



家族の人に話しておく



…… 保護者の方へ ～朝の健康観察について～ ……

ご入学・ご進級、おめでとうございます。ご家庭のご協力のもと、お子さんたちの健やかな成長のお手伝いをしてまいりますので、これからどうぞよろしくお願いいたします。さっそくですが、元気に1日を過ごすためには、まず朝の健康観察が大切です。忙しい時間ですが、コミュニケーションの観点からも、ぜひ毎日お子さんの様子をチェックしてください。

- ☒ よく眠れてすっきり目覚めたか
- ☒ 頭痛、腹痛などはないか
- ☒ 朝食はきちんととったか
- ☒ 便はいつもどおりに出たか
- ☒ その他、いつもと様子が違いはないか



今月から健康診断が始まります。保護者の皆様には提出物などが多くなりますので、ご協力をお願いします。特に、「尿検査」はご家庭で尿をとっていただくことになります。事前にお配りする説明書をよくご覧になり、提出日の4月 日（ ）にお子さんが忘れずに提出できるようご協力ください。

健康診断で病気・異常が見つかった際には「結果のお知らせ」を配付します。早めに医療機関を受診し、経過・結果をお知らせくださいますようお願いいたします。

また、学校での健康診断は「スクリーニング」（病気・異常の疑いがある者を見つけ出す）なので、受診すると「異常なし」となることもあります。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

トイレに「にようけんさ！」などの張り紙^{はがみ}をしておくのもおすすめです。

