



# ひだまり

令和7年度4月号  
楠浦小学校保健室

春ですね。風はやさしく、日ざしはあたたかくなってきました。そんな中、新しい一年がスタートして、1週間が経ちました。みなさんが元気に毎日を過ごせるように、保健室から精一杯応援するのは、養護教諭の西川 亜沙美（にしかわ あさみ）です。

「保健室があたたかくて、気持ちの休まる場所になったらいいな」との思いを込めて、保健だよりのタイトルを『ひだまり』としました。

この「ひだまり」で、みなさんが自分のからだをずっと守っていくための情報を伝えています。どうぞよろしくお願いします。

## 「保健室」ってどんなところ？



### こんなときは保健室へ行きましょう



けがをした



痛いところがある  
(頭やおなかなど)



体のことについて、  
知りたいことがある



気分が悪くなった  
はきそう



なやんでいることがある



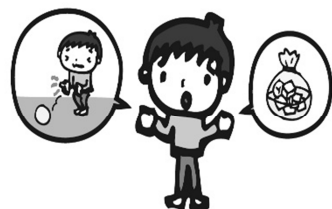
保健室に行く前には、先生に伝えましょう。

## まもろう！ほけんしつのルール

●入るとき・出るときにあいさつを

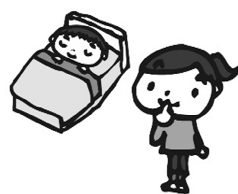


●なんのためにきたか、  
はっきり教えてください



●休んでいる人がいます。

ほけんしつでは静かに



## けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります！

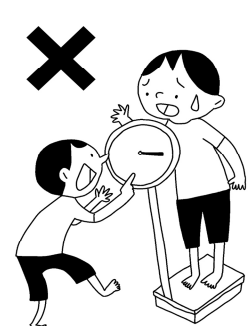
### ★健康診断日程★

項目	期日	対象者	場所
内科検診	4 / 24 (木)	3・4・6年	保健室
結核健診	5 / 1 (木)	1・2・5年	
運動器検診		24日欠席者	
歯科検診	5 / 8 (木)	3・4・6年	保健室
	5 / 29 (木)	1・2・5年 8日欠席者	
尿検査 (一次)	5 / 1 (木)	全学年	各学級で回収→保健室
尿検査 (二次)	5 / 9 (金)	再検査者・未提出者	保健室
心臓検診	5 / 15 (木)	1・4年	保健室

### 測定・検診のときに注意すること

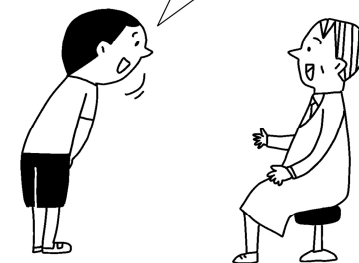


さわがない



のぞかない

受ける前「よろしくお願いします」  
受けた後「ありがとうございました」



## ～フッ化物洗口(フクフクうがい)が始まります～

4月23日(水)から希望者を対象にフッ化物洗口が始まります。  
フッ化物洗口のやり方は次の通りです。

- ①担任の先生から紙コップに洗口液を入れてもらう。
- ②全ての歯に洗口液が行き渡るようにして、1分間ブクブクうがいをする。
- ③1分間終わったら、手洗い場に行き洗口液を吐き出す。

※その後30分間は飲食・うがい禁止です！

