

ほけんだより 4月号

令和 8 年度
玉水小学校 保健室

いよいよ新学期が始まりました。ご入学、ご進級おめでとうございます。
今年度からお世話になります。養護教諭の今村です。よろしくお願いします。
保健室は、みなさんが元気に笑顔で学校生活をおくれるように、健康な心と体づくり
のお手伝いさせていただきます。
玉水小学校のみなで新しい環境を楽しんで、元気に過ごしていきましょう！



＜保健室の利用の仕方＞

- 保健室へは、必ず、担任の先生に伝えてから行きます。
- 保健室に入るときは、学年と名前を言ってから入ります。
誰もいないときは入りません。
- 「いつ、どこで、どうしたのか」を教えてください。
- 保健室では具合が悪くて休んでいる人がいます。静かにしましょう。
- 保健室で手当を受けたことを、必ずおうちの方に話しましょう。

＜けがをしたらどうするの？＞

傷口からバイキンが入らないように、水で傷口とその周辺を洗います。
さらに、どろや砂が付いている場合にはしっかり汚れを落としましょう。
友だちの傷口や血液には触れてはいけません。自分の傷口や汚れは、自分で洗います。

＜具合が悪くなったらどうするの？＞

お腹が痛いときは、トイレに行ってみたり、頭が痛いときは、水分補給をしたりします。
それでも体調がもどらないときは、担任の先生に伝え、熱を測ったり、保健室でゆっくり休んだりしましょう。

4月って、わくわく！ドキドキ！でも不安…。
あたらしいことがたくさんあるときは、心も体も
つかれやすい。

1分でも 1秒でも早くねて、心も体も早めに
休めましょう。



保護者様へ 令和 8 年度 定期健康診断日程一覧

項目	対象学年	期日	時間	備考
心臓検診	1, 4 年生	4 月 22 日 (水)	10 時 30 分	・場所：保健室 ・男女別でプライバシー確保し実施する。
尿検査一次 (腎臓検診)	全学年	5 月 8 日 (金)		容器配付：5 月 7 日(木) 提出・回収：5 月 8 日(金)
	未提出者等	5 月 11 日 (月)	(予備日)	提出・回収：5 月 11 日(月)
身体測定	全学年	5 月 11 日 (月)	2, 3 校時	
歯科検診	1, 3, 5 年生	5 月 14 日 (木)	13 時 45 分	場所：保健室 ・給食後にしっかり歯みがき
	2, 4, 6 年生	5 月 26 日 (火)		
尿検査二次 (腎臓検診)	陽性児童等	5 月 27 日 (水)		容器配付：5 月 26 日(火) 提出・回収：5 月 27 日(水)
		5 月 28 日 (木)	(予備日)	提出・回収：5 月 28 日(木)
眼科検診	1, 4 年生	5 月 29 日 (金)	13 時 45 分 頃	場所：保健室
耳鼻科検診	1, 4 年生	6 月 11 日 (木)	13 時 40 分	場所：保健室 5 分前には会場前に整列。
内科検診・ 結核検診 運動機器健診も含む	1, 3, 5 年生	6 月 23 日 (火)	13 時 45 分	・場所：保健室 ・問診票 2 種類あり。 ・男女別でプライバシー確保し実施する。
	2, 4, 6 年生	6 月 30 日 (火)		

身体測定、心電図検査、内科検診（結核健診）は、体操服での実施です。忘れずに持たせてください。
各検診の 1 週間前（尿検査は前日）に検診の意味やポイントをほけんだよりでお知らせします。

配付物（封筒に入っています）	対象	配付日	回収日
保健調査票	2～6 年 1 年	4 月 8 日（水） 4 月 9 日（木）	4 月 15 日（水）
日本スポーツ振興センター同意書	1 年	4 月 9 日（木）	4 月 15 日（水）
・掛け金は、 <u>学級費</u> で集める。（460 円） ・2～6 年生には、「災害給付制度」のお知らせを配付する。			
結核健診問診票 運動器についての健康調査票	2～6 年 1 年	4 月 8 日（水） 4 月 9 日（木）	4 月 15 日（水）
心臓検診調査票	4 年 1 年	4 月 8 日（水） 4 月 9 日（木）	4 月 15 日（水）
フッ化物洗口実施希望調査	1 年	4 月 9 日（木）	4 月 15 日（水）