

ほけんだより 4月

令和 8 年 4 月 7 日
 大田区立出雲小学校
 校長 高橋 美香
 養護教諭 廣川 和代

入学・進級おめでとうございます

いよいよ新年度が始まりました。1つ学年が上がり、新しいクラスに新しい教室、新しい担任の先生など新しいことがたくさんです。環境ががらりと変わり、気が付かないうちに心も体も疲れてしまうことがあります。適度に息抜きをして、リフレッシュしましょう。また、元気で毎日を過ごすためには、規則正しい生活をするのが大切です。早寝・早起き・朝ごはんを心がけて、毎日元気で楽しい学校生活を送ってください。

4月の保健目標 自分のからだを知ろう

<p>目的</p>  <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p>  <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用するときの約束</p>  <p>必要ときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p>注意</p>  <p>内服薬は出せません</p>
<p>ルール</p>  <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p>  <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p>  <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p>  <p>備品等に勝手に触らない</p>

朝の健康チェック



健康診断が始まります

4月から健康診断が始まります。健康診断は、自分のからだと向き合い、健康について考える大切な機会です。健康診断を正しく受けて、自分のからだの様子をよく知りましょう。

健康診断や、環境検査で御世話になる学校医・学校薬剤師の先生方

内科	松坂 聡	先生（松坂医院）	3741-0985
眼科	坪田 恵美	先生（つばた内科眼科クリニック）	3731-7772
耳鼻科	寺尾 元	先生（てらお耳鼻咽喉科）	3734-4133
歯科	鳥居 深雪	先生（服部歯科医院）	3731-8128
薬剤師	森田 眞一郎	先生（くすり菘中）	3744-3232



保護者の方へ

健康診断実施に当たって

児童のプライバシーや心情に配慮した健康診断実施のため、学校医とも連携してまいります。検査・診察の場面においては、正確な検査・診察のため、必要に応じて医師が体育着・下着等をめくって視触診したり、体育着・下着等の下から聴診器を入れたりする場合がありますことを御了承ください。

お知らせ

○健康診断の日程について

日程は、別紙「令和8年度定期健康診断のお知らせ」を御覧ください。

○保健関係調査票の提出について

保健調査票(全学年)・家庭緊急連絡票(全学年)・心臓検診調査票(1年生のみ・該当者)を封筒に入れて御提出ください。提出期限は4月13日(月)です。提出までの期間が短く大変申し訳ありません。健康診断、日常の健康管理、緊急時の連絡に使用いたしますので、御協力をお願いいたします。

○尿一次検査について<4月30日(木)午前9時提出厳守>

4月30日(木)は尿検査です。容器などは、4月27日(月)に配布します。

検査当日<4月30日>の朝、起きてすぐの尿をとり、御提出ください。もし、お子さんが欠席の場合には、上記の時間に間に合うように保護者の方が学校に検体を持参していただきますようお願いいたします。

※追加提出日は5月1日(金)です。決められた日以外は検査できませんので、提出日を守り、御提出ください。

保健室からお願い

4月は環境の変化がとても大きく、心身の体調を崩してしまうことがあります。御家庭で健康観察(体温・顔色・排便・朝食の様子など)を十分に行っていただき、お子さんの体調に不安がある場合には大事をとってお休みしていただきますよう御理解と御協力の程お願いいたします。

また、急な体調不良になったときや給食当番の際には、マスクを使用します。ランドセルの中に予備を数枚程度、御用意ください。