

ほけんだより No.1



上尾市立平方小学校
令和8年4月8日(水)
保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しいことが始まる時は、ワクワクして楽しみな反面、ドキドキな不安もありますね。でも、あなたの周りに味方はたくさんいます。不安な時は、周りの人に相談して乗り越えていきましょう。がんばった先には心が成長するものです。「ルールとマナー」を守り『健康で安全な生活』を心がけて、笑顔で過ごしていきましょう。



☆「健康診断」がはじまります ☆

月	日	曜日	項目	対象学年
4	8	水	緊急連絡票・保健調査票 提出	全学年
			春休み健康生活カレンダー 提出	2～6年
			スポーツ振興センター資料 配付	全学年
			心臓検診調査票 配付	1年
			色覚検査希望調査 配付	4年
			フッ化物洗口 希望調査 配付	2～6年
	9	木	視力検査(1次) 開始(教室)	2～6年
			身長・体重・脊柱 測定(体育館)	4・5・6年
			心臓検診調査票 提出	1年
	10	金	色覚検査希望調査 提出	4年
			フッ化物洗口 希望調査 提出	2～6年
			身長・体重・脊柱 測定(体育館)	1・2・3年
4	13	月	歯科・結核・運動器検診 問診票 配付	全学年
			視力検査(保健室)	1年
	14	火	視力・聴力検査(保健室)	1年
			聴力検査(保健室)	1年
	15	水	聴力検査(保健室)	1年
			聴力検査(保健室)	1年
	16	木	聴力検査(保健室)	1年
			聴力検査(保健室)	1年
	17	金	聴力検査(保健室)	2年
			聴力検査(保健室)	2年
20	月	聴力検査(保健室)	3年	
		聴力検査(保健室)	3年	
21	火	聴力検査(保健室)	5年	
		聴力検査(保健室)	5年	
22	水	色覚検査(保健室)	4年	
		色覚検査(保健室)	4年	
23	木	心臓検診(ランチルーム)	1年	
		心臓検診(ランチルーム)	1年	
24	金	視力検査(2次)(保健室)	2・3年	
		視力検査(2次)(保健室)	2・3年	
27	月	視力検査(2次)(保健室)	4・6年	
		視力検査(2次)(保健室)	4・6年	
28	火	尿検査 容器配付	全学年	
		尿検査 容器配付	全学年	
30	木	尿検査(1次) 提出	全学年	
		尿検査(1次) 提出	全学年	
5	1	金	尿検査(1次) 提出予備日	全学年
			尿検査(1次) 提出予備日	全学年
	11	月	眼科検診(保健室)	全学年
			眼科検診(保健室)	全学年
	12	火	内科検診①	2・5年
			内科検診①	2・5年
14	木	耳鼻科検診(保健室)	全学年	
		耳鼻科検診(保健室)	全学年	
18	月	内科検診②	3・6年	
		内科検診②	3・6年	
19	火	内科検診③	3・6年	
		内科検診③	3・6年	
20	水	尿検査 1次結果・2次容器 配付	全学年・該当者	
		尿検査 1次結果・2次容器 配付	全学年・該当者	
21	木	尿検査(2次) 提出	該当者	
		尿検査(2次) 提出	該当者	
6	2	火	全国小学生歯みがき大会	5年
			全国小学生歯みがき大会	5年
			全国小学生歯みがき大会	5年
4	木	歯科健診①	3・6年	
		歯科健診①	3・6年	
		歯科健診①	3・6年	
11	木	歯科健診②	1・2年	
		歯科健診②	1・2年	
18	木	歯科健診③	4・5年	
		歯科健診③	4・5年	



学校医の先生を紹介します

- ☆内科☆
 - ・関口 俊二 先生(上尾ふれあいクリニック)
- ☆歯科☆
 - ・秋山 郁雄 先生(秋山歯科)
- ☆耳鼻科☆
 - ・岡部 素子 先生(かすが耳鼻咽喉科)
- ☆眼科☆
 - ・関口 悟子 先生(上尾ふれあい眼科)
- ☆薬剤師☆
 - ・溝越 智広 先生(あげおシーエ薬局)

《自分の体の成長を知りましょう!》

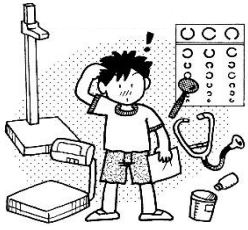
- ◆バランスよく成長しているかな。
- ◆早く治さなければならぬ病気はないかな。
- ◆勉強や運動するとき、困ることはないかな。

☆おねがい☆

問診票・調査票など、いろいろ提出する用紙がありますが、記入もれのないように、ボールペンで記入し、提出日に忘れないようお願いいたします。

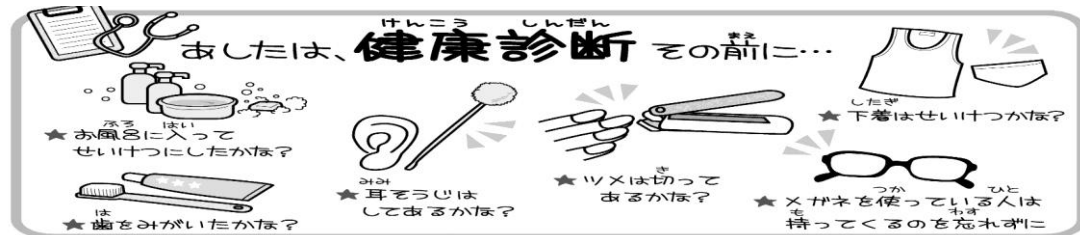


☆ じょうずに受けよう! 「健康診断」 ☆

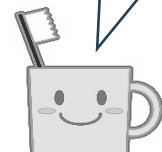


検査では、どんなことを調べるのかな...?

聴力検査	視力検査	運動器検査	尿検査	心臓検診
★音を聴く力が十分にあるかどうかを調べます。 ★とても小さな音を聴く検査なので、しずかに順番を待ちましょう。	★どのくらい見えるかを調べます。 ★前髪が目にかからないようにしておきましょう。 ★メガネをもっている人は、わすれずに持ってきてください。	★実施項目の動作ができるか、痛みがあるか、左右差があるかなどを検査します。 ★おうちのひとと調査票どおりにできるか、チェックしましょう。	★じんぞう病や糖尿病などの疑いがないかどうかを調べます。 ★夜、ねる前に必ずトイレをすませ、朝起きてすぐの尿をとりましょう。	★1年生対象の検診 ★心臓のはたらきに異常がないかどうかを調べます。 ★とても小さな音を聞く検査なので、しずかに順番を待ちましょう。
耳鼻科検診	眼科検診	歯科健診	内科検診	結核検診
★耳、鼻、のどに病気がないかを調べます。 ★校医の先生が、耳・鼻・のどの順に検診します。 ★前の人と同じように、しずかに受けましょう。	★目や目のまわりに異常や病気がないかを調べます。 ★前がみが目にかからないようにしてください。 ★メガネをかけている人は、検査の前に自分ではずしましょう。	★むし歯・歯ならび、歯ぐきの状態などを調べます。 ★歯みがきをしっかりとしましょう。 ★しずかに、受けましょう。 ★定期的に、かかりつけ歯科医の先生にチェックしてもらいましょう	★心臓・肺の音、骨や皮ふ、脊柱の様子、栄養がとれているかを調べます。 ★保健室は定員制です。足形のとおり進みましょう。 ★ついたてがあるので、先生の指示のとおり準備・検診を受けましょう。 ★しずかに、受けましょう。	★結核の疑いがないかを調べます。 ★問診票を忘れずに提出しましょう。
色覚検査				
★4年生対象(希望調査あり) ★色を見ることがないか、見にくい色がないかを確認する検査です。				



1年生も準備しておいてくださいね。生活に慣れたら始めます。



☆「給食後の歯みがき」の準備はOK? ☆

- ・準備するもの ①歯ブラシ ②コップ(割れにくいもの) ③ハンカチ ④ティッシュ ⑤ミニ袋(①～④を全て入れる袋)
- ※ 歯みがき粉は使用しません。

・お願い 毎日、ミニ袋に入れて持ち帰ります。きれいに洗って持ってきましょう。

