



福山市立駅家西小学校  
保健室  
2026年（令和8年）  
NO.1



入学・進級おめでとうございます！  
新しい学年、先生とたくさんの新しいことへの「出会い」にドキドキワクワクのことでしょう。みなさんが1年間、心も体も健やかに過ごせるよう保健室からサポートしていきます。  
このほけんだよりでは心や体の健康について、いろいろな情報をお伝えしていきます。どうぞよろしくをお願いします。

## 健康診断が始まります

健診項目	実施する日	学年	連絡・注意すること
身体測定 視力検査	4/10（金）～ 4/20（月）	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>体操服を持ってきましょう。</li> <li>身長を測るので、かみの毛は低い位置で結んでください。</li> <li>ハンカチを持ってきましょう。</li> <li>めがねを忘れないようにしましょう。</li> </ul>
歯科検診	4/16（木）	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝ご飯を食べたらしっかり歯みがきをして登校しましょう！</li> </ul>
聴力検査	4/21（火）～ 4/27（月）	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>耳そうじをしておきましょう。</li> </ul>
尿検査	4/21（火） 4/22（水）	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>検査の容器は20日（月）に配ります。</li> <li>朝起きたら一番にトイレに行きましょう！</li> </ul>
眼科検診	5/15（金）	全学年	
内科検診	5/28（木） 5/29（金）	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>体操服を持ってきましょう。</li> </ul>
耳鼻科検診	5/12（火） 5/13（水）	全学年	
心電図検査	5/29（金）	全学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>体操服を持ってきましょう。</li> </ul>

## 保護者の皆様へ 保健関係書類の提出について

保健関係の書類を「保健れんらく袋」に入れてお渡ししています。提出する際は、保健れんらく袋に入れて提出してください。

提出期限：4月13日（月）

### ①独立行政法人スポーツ振興センター加入同意書

記入漏れや印の押し忘れのないようご確認をお願いします。  
共済掛金460円については、4月の学年費で集金します。

### ②結核健康診断問診票

質問6「BCGを接種したことがありますか」については、母子手帳等で確認して間違いのないように記入してください。

### ③運動器検診問診票

運動器検診時に必要となります。問診票のイラストを参考にそれぞれの動きをしてご記入ください。

### ④保健調査票（6年間使用します）

現在治療中の病気や、健康上で気になることについて記入してください。  
その他記載事項に変更等がありましたら加えてご記入ください。

### ⑤学校心臓検診問診票（1年生のみ）

番号を記入したものをお渡ししています。検診を受ける順番ですので、出席番号と違う場合があります。

- 学校で行う健康診断は、「病気の疑い」があるかどうかを調べるものです。集団で行うため、病院で診察を受けると異常がない場合もありますのでご理解ください。
- 検診の結果、病院を受診した方が良い場合は「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。専門医を受診の上、結果を学校までお知らせください。（視力・歯科の結果は全員に配付します。）
- 検診日程の都合上、視力検査と眼科検診、聴力検査と耳鼻科検診の実施日が離れています。病院を受診する場合は、右の日程を参考にしてください。
- 今後のほけんだよりはホームページに掲載します。連絡システム「すぐーる」でお知らせしますので、ホームページでのご確認をお願いします。

# 保健室はこんなところですよ！



けがをしたときの救急処置。  
継続的なけがの処置は  
できません。



具合が悪い場合の  
一時的な休養。  
体調が回復しない場合  
は早退になります。



悩みごとや心配なことが  
あるときに相談すること  
ができる。



心や体のこと、健康に  
ついて知ることができる。

## 健康診断

### 3つの約束

みんなが  
気持ちよく検査できるように  
必ず守りましょう

### あいさつをする

学校医の先生はみんなの体が元気なのか調べてくれます。みてもらう前と終わつた後にはきちんとあいさつをしましょう。



### 体の情報はひみつにする

体や健康の様子は大事な個人情報です。友だちの結果を勝手に見たり、話したりしないようにしましょう。



### 静かに待つ

周りがうるさいと、先生が体の音を聞きとれなかったり、友だちが耳の検査で困ったりして、検査ができません。



## 保健室のルールを守りましょう！

保健室は、みんなが利用する場所です。体調が悪い人やけがをしている人がいるときもあります。みんなが気持ちよく過ごすことができるよう、思いやりの気持ちを持って過ごしてくださいね。



保健室へ来るときは、必ず担任の先生に伝えてから来ましょう。



保健室に入るときに次のことを教えてください。

- ・クラスと名前
- ・保健室に来た理由
- ・症状やけがの様子

(いつ・どこで・どうなった)



休んでいる人がいるときは、静かに過ごしましょう。



保健室にあるものに勝手に触りません。保健室のものをを使うときは、先生に一声かけてから使いましょう。

### 早く寝て体を休める！



元気に勉強や運動！



### 早起きで頭がすっきり！



朝ごはんをパワーチャージ！



よい生活リズムを身につけよう

