

生涯にわたり主体的に健康づくりができる子どもの育成

えがお

入学・進級 おめでとうございます🌸

新しい学年がスタートしました。今年も、みなさんが毎日元気に学校生活を送れるように、保健室からサポートしていきます。

今年のほけんだよりのタイトルは『えがお』にしました。毎日、みなさんの元気な笑顔を見たいという思いを込めました！新しい学年になって、不安や緊張もあるかもしれませんが、みなさんの持ち前の笑顔をお忘れずにいてください。

2025 年（令和 7 年）

4 月 8 日

竹尋小学校

ほけんだより



自分で健康を作る力をつけよう

「体調不良のときは保健室で休めばいいや」そう思っている人はちょっと待って。
体調不良は体からの声。この機会に考えてみましょう。

原因は何だろう？

昨日はよく眠れましたか？
メディアの使用時間はどうでしたか？
心配ごとや悩みごとはありますか？



自分でできる対応は？

薬を飲む、温めるなど、体調に応じてできることを考えてみましょう。
保健室でもアドバイスします。



次にならないためには？

原因を踏まえて生活を見直し、根本的な解決を目指しましょう。
なんだか調子が悪いな、というときこそ自分の体や心と向き合う良いきっかけ。自分の健康を守るのは自分だけです。

4月の保健目標「自分のからだをよく知ろう」

4月の予定

日にち	曜日	予定	対象学年
4 月 10 日	木	身体測定・視力・聴力検査 (しんたいそくてい・しりよく・ちょうりよくけんさ)	3～6 年生
4 月 11 日	金	身体測定・視力・聴力検査 (しんたいそくてい・しりよく・ちょうりよくけんさ)	1・2 年生
4 月 22 日	火	尿検査（にようけんさ）提出 1 日目	全学年
4 月 23 日	水	尿検査（にようけんさ）提出 2 日目	全学年
4 月 22 日	火	耳鼻科検診（じびかけんしん）	全学年

お世話になる 学校医の方々

- 【内科】 間賀 俊朗先生（まが医院）
- 【歯科】 下宮 聡先生（下宮歯科医院）
- 【眼科】 皿田 勝久先生（藤崎眼科）
- 【耳鼻科】 岩田 和宏先生（いわた耳鼻咽喉科クリニック）
- 【薬剤師】 和田 文子先生

健康診断って？ なにをするの？

自分の体のことがわかります

成長のようすや
どのくらい健康か
知る手がかりに



みなさんの体に
病気や異常がないかを
調べます

詳しい検査や
治療を受ける
きっかけに



自分の体のことを考える機会です

「もっと健康になるには？」
「これからも健康でいるには？」
いっしょに考えましょう



保護者の皆様へ

お子様のご入学、進級おめでとうございます。今年度も子供たちが学校で健康に過ごせるようサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、新しい学年のスタートに伴い、何点かご確認をお願い致します。

◎提出物についてのお願い

新年度早々に健康診断が始まり、調査票や問診票等、多くの提出物があります。お知らせのプリントを参考に、提出期限を守っていただきますようよろしくお願い致します。

◎スポーツ振興センター災害共済給付制度について

授業中や休み時間、登下校中にケガをして医療機関にかかった時に、医療費の給付を受けることができる制度です。

この給付制度は、福山市内の小学校の児童は毎年全員加入をすることになっています。掛金の保護者負担額 4 6 0 円 は、学年会計から徴収させていただきます。

◎保健室での対応について

【体調不良の場合】

- ・休養で回復の見込みがある時は、保健室で休養させ様子を見ます。発熱のある場合や、回復の見込みがない場合は、担任や管理職と相談の上、保護者の方に迎えに来ていただきます。（スポーツ振興センターの同意書に緊急連絡先を書いていただきます。上から順番にかけさせていただきますのでつながりやすい順にご記入ください。）

- ・学校では内服薬は渡せません。持参されたものを保健室で飲ませることは可能です。

【ケガの場合】

- ・一時的な応急処置を行います。継続した治療は原則行わず、ご家庭でお願いしております。
- ・すぐに受診が必要だと思われる場合は、保護者の方にご連絡します。学校から直接病院へ行く場合でも、原則保護者の方に付き添いをお願いしています。