

# ほけんだより 4月

令和8年4月  
八尾市立亀井小学校  
保健室



しんがつき はじ 新学期が始まりました。あた ใหม 学年・クラス・先生  
に、わくわく！でもドキドキもしますね。つかれをた  
めないう、夜は早く寝るようにしましょう。  
みんなが健康にすごせるよう、引きつづき、手洗い  
など一人ひとりが今できることを大切にしてい  
たいです。

## 健康診断で 体の成長や様子をしらべるよ！

まいにち げんき 毎日、元気にあそんだり  
べんきよう 勉強したりするには、  
けんこう 健康でいることが大切  
です。

けんこうしんだん 健康診断をし  
て、からだ せいちよう 体の成長や、具合の  
わる 悪いところがないか、  
びょうき 病気にかかっていない  
かななどを調べます。

### 健康診断の日は… 髪型にも注意しよう！



#### 健康診断の前に注意すること

- ① お風呂に入っ  
て、体を清潔に  
しておきましょう。
- ② つめを切ってお  
きましょう。
- ③ 耳そうじをし  
ておきましょう。
- ④ メガネを使っ  
ている人は、忘れ  
ずに持ってきてま  
しょう。

#### 健康診断のときに注意すること

- ① 名前を呼ばれ  
たらはっきり返  
事をしましょう。
- ② おしゃべりせ  
ずに静かに並び  
ましょう。
- ③ 髪が長い人は結  
んでおしましょ  
う。前髪はピンで  
とめるか、短く切  
っておきましょう。
- ④ 前の人のやりか  
たを見ておしま  
しょう。
- ⑤ 先生の話をよく  
聞きましょう。

はついくそくてい しんぞうけんしん ないかけんしん たい  
\*発育測定、心臓検診、内科健診は体そうぶくでうけます。わすれないでね！

ほけんしつ 保健室にきたら、  
「いつ」  
「どこで」  
「どのように」 けがをしたのか  
具合がわるいのか  
はな 話してくださいね。



ほけんしつ たんどう 保健室を担当します、  
です。  
よろしくおねがいします！

## 保健室はこんなときに来てね

- ケガをしたとき
- 体調が悪いとき
- 悩みや心配ごとがあるとき
- からだや健康について知りたいとき



☆すりきずなどは、水で洗って  
から保健室にきましょう。

### 保健室を利用するときの約束

☆保健室に来る時は、  
先生か、友だちに言ってからきましょう。



☆保健室のものを勝手に  
さわらないでね。

☆保健室で、さわりだり  
あばれたりしないでね。

うらめん 裏面もあります。おうちの人にも見てもらってください。



保護者の皆様へ

1年間どうぞよろしくお願いいたします。お子様の健康のことで何かございましたら、お気軽にお知らせください。保護者の皆様にくっつかお願いがあります。

1. インフルエンザにかかられた場合、令和8年度から「登校届」をご家庭で記入していただき、提出が必要です。その他の感染症にかかられた場合は、病院で書いていただいた「治癒証明書」の提出が必要です。新型コロナウイルス感染症のみ提出不要です。4月当初に配付しますので、1年間ご家庭で保管・コピーして使用をお願いします。

(学校のHPからダウンロードもできます。) 感染症は全て出席停止扱いとなります。

2. ご家庭でも、検温や健康観察等ご協力をお願いします。また、給食時はマスクを使用します。マスクは学校生活でちぎれてしまうこともありますので、ランドセルに予備のマスクを入れていただくと幸いです。

3. 1学期は健康診断が続きます。提出していただく保健関係の書類をたくさん持ち帰ります。提出期限が短く、ご面倒な点もあるかと存じますが、ご協力をお願いします。

登校前の体調チェックをお願いします!



おうちの方へ

次の点に注意して、お子さんの様子を見てくださるようお願いいたします。



朝の健康観察のポイント

- 熱やだるさはないか
頭痛や腹痛はないか
顔色が悪くないか
下痢や便秘をしてないか
睡眠は足りているか
咳やのどの痛みはないか
食欲はあるか
元気はあるか(暗い表情・無口)

学校医の紹介

<内科>

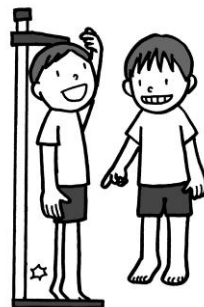
(内科検診、水泳・林間学舎・修学旅行などの検診でお世話になります)

<歯科医>

(歯科検診でお世話になります)

<薬剤師>

(環境衛生検査、高学年は薬の授業でお世話になります)



令和8年度 健康診断予定

※都合により、変更等ある場合がございます。ご了承ください。
※健康診断の日はなるべくお休みのないようお願いします。

Table with columns for grade levels (1-6 years) and rows for various health checks (Developmental, Heart, Internal Medicine, Urine, Hearing, Vision, Eye, ENT, Dental) with specific dates and target groups.

[健康診断の結果ついて]

- \* 健康診断の結果はとくに所見のない(異常がない・再検査の必要がない)場合は、すぐにお知らせせず、学期末などに「からだのきろく」にてお知らせします。
\* 検診の結果に所見のあった場合は、「検診結果のお知らせ」をお渡しします。
\* 学校の健康診断は、スクリーニング(病気の疑いがある人を見つけ出すもの)ですので、病院受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。

