

# ほけんだより

令和8年4月8日  
若葉小学校保健室

入学・進級おめでとうございます。新しい環境に期待と不安でいっぱいかと思いますが、あせらず少しずつなれていきましょうね。ほけんだよりでは、保健に関する行事や、元気に過ごすための情報についてお知らせしていきます。おうちの人と一緒に読んでください。

健康診断が始まります



## 4月の保健行事



月	火	水	木	金
6	7 書類配布②～⑥	8 書類配布①	9 聴力③⑤	10 聴力①②
13 視力④⑥ 書類提出(全学年)	14 視力③⑤	15 視力①②	16 計測④⑥	17 計測③⑤
20 計測①②	21	22	23	24 心臓検診①
27 振替休業日	28	29 昭和の日	30 尿検査容器配布 (全学年)	5/1 尿検査一次提出 (全学年)

○の中の数字は対象学年です。

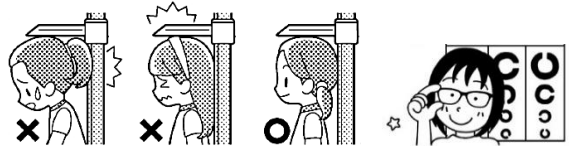
## 定期健康診断について

4～6月にかけて、定期健康診断を行います。学校で行う健康診断は、発育や健康状態を把握し、学校生活で注意することはないかを調べるものです。すべての健診が終わり次第、結果一覧を配布します。疾病の疑いがある場合は、その都度お知らせしますので、早めに医療機関でみていただくようお願いします。

### 計測(身長・体重)

体育着で行います。体育着には記名をしてください。

計測の邪魔にならない髪型にしてきてください。



### 視力検査

メガネがある人は、メガネをかけて検査するので、忘れずに持ってきてください。



# 保健室はこんなところです

できること



できないこと



## ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」けがをしたか教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てください。



## 体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、体調が悪いときは保健室で休むことができます。休養は原則1時間です。



## 話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。



## 体や心について学ぶ

体や心、健康について知りたいことがあるときも聞きに来てください。



## 薬を渡す

薬は保健室では渡せません。家で使っている薬は、自分で持ってきてきましょう。



## 治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。治療は病院でしてもらってください。また、翌日以降の継続した手当もできませんのでご家庭でお願いします。



## 歯・口の健康に関するポスターコンクール作品募集

若葉小では毎年、調布市歯科医師会主催の「歯・口の健康に関するポスターコンクール」に応募しています。今年度、3年生のみなさんは授業時間に描いて提出してもらいますので、3年生以外の児童で挑戦してみたい人は、保健室に画用紙をもらいにきてください。

ポスターの提出しめ切りは5月11日(月)です。たくさんの方が応募してくれるのを楽しみに待っています。

