



ほけんだより4月



稲沢市立長岡小学校
令和7年4月9日

入学・進級おめでとう

長岡小学校のみなさん、入学・進級おめでとうございます。新しい教室や新しい先生に変わってワクワクしますね。でも、新しいことに変わる時は不安や緊張もあると思います。病気やけがをした時だけでなく、気持ちがもやもやしたり、誰かに話を聞いてほしくなったりしたときは、いつでも保健室に来てください。お話をしたり、一緒に考えたりしましょう。



ほけんしつ の ルール

- ① 担任の先生に言ってから
保健室に行きましょう。



頭が痛いので
保健室に行ってもいいですか？

- ② 転んだ時は水道で洗って
から保健室に行きましょう。

砂や石がとれるまで
きれいに洗おう



- ③ どうして保健室に来たのか
自分で話しましょう。

〇年の〇〇です。
お腹が痛くて来ました



- ④ 保健室にあるものを勝手に
触りません。

倒れたりしたら
けがをしてしまうかも…



- ⑤ 保健室で休めるのは
1時間までです。

治らない時は
お家でゆっくり休もう



- ⑥ 保健の先生がいないときには
勝手に保健室に入りません。

職員室の先生に
相談しよう





あたら けんこうしんだん はし
 新しい1年がスタートしたばかりですが、健康診断が始まります！
 いつ、どんな検査があるのか知っておきましょう！



しりょくけんさ
視力検査 5月1日、2日
 め み かた しら
 目の見え方を調べます。

しんたいそくてい
身体測定 4月14日、15日
 せ たか からだ おも はか
 背の高さと体の重さを測ります。



ちやうよくけんさ
聴力検査(1・2・3・5年生)4月17日

みみ き しら
 耳の聞こえを調べます。



じ び がんかけんしん
耳鼻眼科検診(1年生) 5月23日

みみ はな め み
 耳・鼻・目のようすを見ます。

しかけんしん
歯科検診 5月15日

は たか からだ おも はか
 歯やあご、歯ぐきを見ます。



しん でん ぶ けん さ
心電図検査(1・4年生) 5月9日

しんそう うご けんさ
 心臓の動きを検査します。

ないかけんしん けっかく うんどうきけんしん
内科検診(結核・運動器検診)4月25日

からだぜんたい
 体 全体のようすを見ます。



にやうけんさ
尿検査 4月22日

じんそう びやうき しら
 腎臓の病気がないか調べます。

けんこうしんだん からだ けんこう まも たいせつ じぶん からだ いま けんこう
健康診断は体の健康を守るためにもとても大切なものです。自分の体は今、健康なんでしょうか？
 けっか かえ はや びやういん ちりやう ねんかんげんき す
結果が返ってきたら、早めに病院で治療をして、1年間元気に過ごせるようにしましょう！

保護者の方へ

こんにちは。長岡小学校で養護教諭をしております。伊藤里奈です。今年で3年目となりました。今年度もよろしくお願いいたします。4月は保健関連の提出物等が多くあります。健康診断の関係で、短い期間でご提出をお願いしております。早めの記入と提出をお願いいたします。

新しい学年が始まり、子ども達も体調を崩しやすい時期になります。早寝早起きと朝ご飯の習慣を意識していただき、1年間の生活リズムを整えていただけたらと思います。

薬についてのお願い

学校へ薬を持参する場合は、必ず連絡帳等で連絡をお願いします。
 自分でできるよう練習をしてから持たせてください。困った時はご相談ください。よろしくお願いいたします。

