



★おうちのひとと
いっしょによみましょう。

長久保小学校 保健室
No.1 令和8年4月9日

にゅうがく しんきゅう ご入学、ご進級おめでとうございます

長久保小学校養護教諭の土田杏里です。お子さまの心と体の健康を一緒に守るお手伝いをさせていただきます。ほけんだよりでは、保健関係のお知らせや健康のサポートになる情報を発信していきます。ぜひご家庭で、お子さまと一緒にほけんだよりを読んでいただけますとうれしいです。何卒よろしくお願いたします。

新学期は心も体も疲れがたまりやすくなる時期です。新しい環境に、楽しい気持ちや不安な気持ちで心がゆれ動くこともあると思います。早寝早起き朝ごはんの規則正しい生活リズムを心がけ、体調良く登校できるよう、ご家庭でもお声がけをお願いします。



ほけんしつ 保健室でできること◎

◎ケガの救急処置



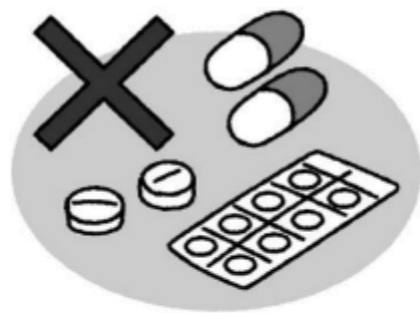
◎具合が悪い時の一時休養



◎心配事や悩み等の相談



◎体や健康について学ぶ



✖お薬はだせません

できないこと✖

湿布は家で
取り替えてね



✖継続した手当はできません

けんこうしんだん 健康診断がはじまります

健康診断は、みなさんが毎日元気に過ごせるように体の成長や健康状態を調べる大切な検査です。自分の体の様子を知ることができる良い機会になります。ぜひ、自分の体や健康について考えてみましょう。



★ 4月の健康診断 ★

ひづけ 日付	けんさこうもく 検査項目	たいしょうがくねん 対象学年	びこう 備考
4月10日(金)	はついく しりょく ちょうりょく 発育・視力・聴力	なかよし・5・6年	めがねも 眼鏡を持ってくる・耳を清潔に
13日(月)	はついく しりょく ちょうりょく 発育・視力・聴力	3・4年	めがねも 眼鏡を持ってくる・耳を清潔に
15日(水)	はついく しりょく ちょうりょく 発育・視力・聴力	1・2年	めがねも 眼鏡を持ってくる・耳を清潔に
22日(水)	にょうけんさ 尿検査	ぜんがくねん 全学年	4/21(火) ようきはいふ 容器配布
23日(木)	(一次)		よびび 予備日…5/8(金)

ほけんかんけい ていしゅつしよるい 保健関係の提出書類について

①保健調査票 ②緊急連絡カード ③健康診断に必要な調査票の提出期限 →4/13(月)

新学期スタートに伴い、①保健調査票 ②緊急連絡カード ③健康診断に必要な調査票の記入をお願いします。お忙しい中お手数ですが、児童が健康で安全に学校生活を過ごすために大切な書類になります。また、各健康診断でも使用するため、配布されましたら期日までに必ずご提出をよろしくお願いいたします。

おせわになります!

がっこういせんせい 学校医の先生方

内科 () 先生・()
眼科 () 先生・()
耳鼻科 () 先生・()
歯科 () 先生・()
薬剤師 () 先生・()