

# ほけんだより 4月

令和7年4月 8日  
藤小学校保健室  
No. 1

保護者及び  
児童の皆さんへ  
※一緒にお読み下  
さい

## 健康診断が始まります

### \* 4月の健診日程 \*

- ◆ 身長・体重・聴力検査
  - 10(木) 5年・6年
  - 11(金) ふじのこ・4年
  - 15(火) 2年・3年
  - 16(水) 1年
- ◆ 視力検査
  - 17(木) 5年
  - 18(金) 6年
  - 21(月) ふじのこ・4年
  - 22(火) 3年
  - 23(水) 2年
  - 24(木) 1年
- ◆ 尿検査
  - 17(木)、18(金) 全学年 ※容器配付日 16(水)
- ◆ 耳鼻科検診
  - 30(水) 全学年

メガネをかけている人は  
わずれずに



1日目(17日)に  
持ってこられるよう  
にじゅんびを!

耳の中、鼻の中  
をきれいに  
おきましょう。

\*生活リズムに気を付けて体調をととのえておきましょう\*

視力検査の結果  
A B C D

結果	視力	意味
A	1.0以上	よく見えています。 後ろのほうの席でも黒板の字が問題なく読めます。
B	0.9~0.7	学校生活にはほとんど影響がありません。 黒板の小さい文字が見えにくいことがあります。
C	0.6~0.3	教室での授業に少し影響があるかもしれません。 後ろのほうの席だと黒板の文字が読みにくいです。
D	0.2以下	一番前の席でも黒板の字が見えにくい状態です。 すぐに対策をする必要があります。

視力低下のサイン

- これ  
やっていませんか?
- 近くで見る
- 顎を上げて見る
- 目を細めて見る
- 片眼を閉じて見る

## 提出物を忘れずに

### \* 保健関係書類の記入と確認をよろしくお願ひします \*

- ◆ 全員提出してください【10日(木)提出】
- ①緊急連絡カード…連絡先・保険証に変更がある方は書きかえてください。
- ②保健調査票…本年度の学年の欄に健康状態の記入をお願いします。

### ◆ 該当の人は提出してください(3月に未提出の人のみ)

- ・アレルギー学校生活管理指導表(医師の診断で学校生活で配慮が必要な人)

### ◆ その他 配布物(4月中に配付予定)

- ・日本スポーツ振興センター災害給付加入について  
※1年生のみ同意書の提出(4月18日しめきり)があります。  
※掛け金は学年費と一緒に6月か7月頃に集金予定です。

### 1学期中は提出物がたくさんあります

1学期は健康診断の問診票や、お子さんのアレルギーや健康の状態を確認するための書類など、たくさんの提出書類があります。提出期限が早いものもあり、お忙しい中大変お手数をおかけします。



ご協力のほど、よろしくお願ひ申し上げます

### 保健室へ来たなら教えてほしい 6つのポイント

ケガをしたときや調子が悪くなったときのあなたの状況を教えてください。

- ① いつ
- ② どこで
- ③ 体のどこが
- ④ だれと
- ⑤ どうして
- ⑥ どうなった

保健室の「青木」です。よろしくおねがいします。

\*ケガをした時は水でよごれをおとしてからきてくださいね\*

