

# みんなの ほけんしつ



恵庭市立柏小学校  
令和7年 4月 7日(月)  
NO.1 (新年度のスタート!)



担当：服部（はっとり）



## 入学・進級 おめでとうございます



お子さんが元気に学校生活を送れるよう、ご家族のみなさまと一緒に保健室から見守っていきます。  
どうぞよろしくお願いいたします。



柏小 5年目となりました!!  
校内では、エグロン姿ばかり  
見つけやすい編です

服部です。

### ★今年度のほけんしつ★

今年度もみなさんによりそう「保健室」をめざします！

#### ①休み時間の保健室をオープンにします

けがや具合のわるい人がいない大・昼休みは、保健室のなかへどうぞ♡本をよむ、おしゃべり、ぬいぐるみでなごむ…など、大きな声は出せないけれど…ぜひ、遊びにきてね。

#### ②「もしもしボックス」を置きます

みなさんのつぶやきをききますよ～。  
(保護者さまも、ウェルカムです！)  
6・9・12・2月に予定しています。

#### ③「のびのびの日」でセルフ健康診断

年に1度の身体計測。でも、みなさんは日々成長している…そこで、身長計を保健室前に置いて、自由に背の高さをはかっていい日⇒「のびのびの日」を今年度も予定しています。  
7・9・11・1・3月



#### ④わたしのおすすめコーナー

保健室前のけいじ板やほけんだよりをつかって、本や健康グッズ、その他「これ、いいな」をしょうかいしていこうと思います。昨年度できていない部分なので、今年度こそは！の気持ちです。

今年度も「やれることをやれるはんいで(´o`)！」をモットーにがんばります。

### けんこうしんだん よてい 健康診断の予定

現時点で決まっている今年度の予定です。

身体計測	4月 8日(火)～
視力・聴力検査	4月18日(金)
歯科検診	4月25日(木)
内科検診	5月13日(火) 5月20日(火) 5月27日(火)
尿検査	5月16日(金) 6月 6日(金)
耳鼻咽喉科検診	6月11日(水)
心臓検診	6月20日(金)
眼科検診	6月24日(火)

詳細は、「健康診断特別号」でお伝えしていきます。さっそく本日発行していますので、そちらも合わせてご覧ください。

本日、保健関係の配布物が多いです。

#### 「保健関係連絡袋」の中身をご確認

ください。

- ①保健調査票 (全員)
  - ②結核に関する問診票 (全員)
  - ③健康カード (1年生のみ)
- ご記入後、再度封筒の中に入れて

1年生 ⇒4月9日(水)×切  
2～6年生⇒4月10日(木)×切

期日までに提出をお願いします。

「けんこうしんだん」は、あなたの大切な時間です。



- ★じぶんの成長やけんこうじょうたいを知ることができます
- ★びょう気になっていないかどうかを調べることができます

しんたいけいそく しりよく ちょうりよくけんさ  
**身体計測と視力・聴力検査について**

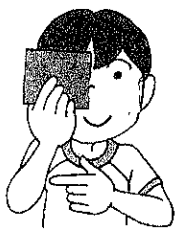
予定は下記のとおりです。欠席などで検査日にいなかった人は、あらためて日にちを指定します。

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	かしのみ
身体計測	10日・木	8日・火	9日・水	8日・火	9日・水	9日・水	
視力検査	18日・金	16日・水	17日・木	11日・金	15日・火	11日・金	10日・木
聴力検査							

※聴力検査は、1・2・3・5年生のみです。

しんたいけいそく  
**★身体計測★**  
 身長（背の高さ）  
 体重（体の重さ）

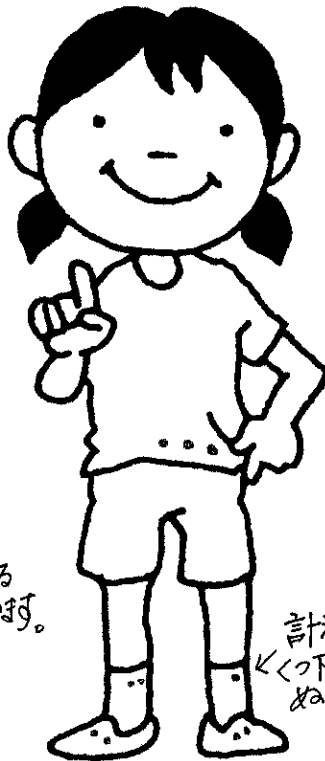
しりよくけんさ  
**★視力検査★**  
 物を見る力



【ハンカチ】

目をおさる  
 ときにつかはず。

ちょうりよくけんさ  
**★聴力検査★**  
 音をきく力



計測する  
 ときは  
 下は  
 ぬぎず。

お風呂でからだをせいけつに  
 してくと気持ちがいいですね。

じゅんびぶつなど

【かみの毛】

・頭の上でむすぶポニーテール、  
 あみこみなどは「×」とします。

【耳そうじ】

・聴力検査の前日に軽くしておく  
 ていどで大丈夫です。

【ふくそう】

・Tシャツ（はんそで・長そで）  
 ・ハーフパンツまたは長ジャージ  
 ※体重は洋服分0.5kgを引きます。

【めがね】

・もっている人は  
 わすれずに！



【おうちのひとといっしょにみてね】

けんこうしんだんのきせつです。1年に1回、じぶんの  
 体のことを知るチャンスなので、けんさのうけかたを  
 よくきいて、正しくうけましょう。みんなとけんさを  
 うけることがしんぱいな人は、先生におしえてください。  
 あんしんしてうけることができるように、けんさの  
 うけかたについてそうだんしましょう。

健康診断の結果は「健康カード」を利用し  
 お伝えします。（5月末頃に配付予定）検査  
 結果次第では、別紙でお伝え  
 することもあります。  
 ※身長、体重については  
 計測日に、児童本人が用紙に  
 記入し結果を持ち帰ります。

