

# ほけんだより 4月



令和8年4月6日  
西東京市立住吉小学校  
校長 三澤 亘潤  
養護教諭 平松 真理



ご入学・ご進級おめでとうございます！  
養護教諭の平松真理です。児童の皆さんが心身ともに健康に学校生活を送れるよう、サポートさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

## 保健室で できること、 やれること



### こんなことはできません×

- のみ薬をわたすこと  
必要な薬はそれぞれ持参してください。
- 長い時間休養すること  
教室に戻ることが難しいときは、早退となります。
- 手当の続きを行うこと  
保健室で行うのは「応急処置」です。その後の治療は病院を受診し、医師の指示にしたがってください。

- けがの応急手当て
- 体調不良時の一時休養
- 悩みや困りごとの相談
- 身長や体重の測定
- 保健にかかわる学習  
(本や資料などもあります)

### 保健室からの連絡事項

#### ○日本スポーツ振興センターの手続きに関して

学校の管理下においてけがをして受診をした医療費総額が5000円(診療点数500点、自己負担額1500円)以上の場合、日本スポーツ振興センターの保険対象となり、請求手続きを行うと給付金が支給されます。学校でけがをして受診した場合は、学校までお知らせください。

#### ○毎日の持ち物について

ハンカチ、予備のマスクをご用意ください。学校で長い時間を過ごす子どもたちは、手を洗う機会が多くあります。洗った後に清潔を保つため、必ずハンカチでふき取るよう、ご家庭でもご指導ください。また、マスクを落としてなくしたり、鼻血や鼻水などで汚れてしまったことがあります。マスクの予備はランドセルの中に入れておいてください。現在、学校からの貸し出し用のマスクの用意はありません。

#### ○替えの服や下着について

学校で服や下着を汚してしまった場合、学校に備えている衣服を貸し出すことがあります。お貸しした際は洗って返却してください。下着については同じサイズの未使用のものをお返しください。

## 定期健康診断について

### ○学校の定期健康診断の役割

学校における健康診断は、家庭における健康観察をふまえて、学校生活を送るに当たり支障があるかどうかについて「疾病」や「異常」をスクリーニング(選別)し、健康状態を把握するという役割と、健康課題を明確にし、健康教育に役立てるという2つの役割をもって実施されます。

病院などで受ける検査や診察とは違います。疾病の疑いがある場合は、通知いたしますのですみやかに受診し、主治医の「診断」を受けてください。主治医の診察で「異常なし」と診断される場合もありますのでご了承ください。

また、健康診断では、検診当日の健康状態で判断しています。疾病の疑いがあった場合もなかった場合も日常のご家庭での健康観察・健康管理は、引き続き行っていただきますようお願いいたします。継続的な治療を受けている場合には、主治医の診断書の提出をお願いする事がありますのでご協力ください。

学校保健は、子どもたちが自分自身の体と心の健康について理解し、自ら進んで健康づくりができる能力と実践力を養うことを目標にしています。ご家庭でもこの機会にお子さんの健康状態に眼向け、再確認していただくようお願いいたします。

### ○健康診断の結果について

- ・検診結果は、検診時に疾病や異常の疑いがあった場合にのみ「結果のお知らせ」用紙で通知します。
- ・心臓検診については、異常があるなしにかかわらず全員に結果を通知します。
- ・すべての検診結果は、6月下旬～7月上旬ごろに「けんこうのきろく」でお知らせします。
- ・視力検査は、ABCD方式での検査になります。B以下の場合に「結果のお知らせ」を出します。
- ・継続した治療や経過観察中で学校に連絡をいただいている場合でも検診時に指導があれば通知します。ご了承ください。診断書の提出をお願いする場合があります。
- ・疾病や異常の疑いがある場合には、かかりつけの医療機関を受診してください。
- ・治療や相談が終わりましたら「報告書」で様子を学校にお知らせください。

### ○健康診断を欠席した場合

健康診断当日に欠席した場合、別日に学校医のところで検査・検診を受け、その結果を学校に報告していただくことがあります。詳細は別途ご連絡します。

### ○健康診断時の服装について

検診の際、正確な検査・診察のために、必要に応じて衣服や下着などをめくって視触診したり、衣服や下着の下から聴診器などの器具を入れたりすることがあります。ご承知おきください。

### ○健康診断の前に準備してほしいこと

#### 前日までの準備

- お風呂に入る
- 手・足のつめを切る
- 必要な持ち物をチェック
- なるべく早く寝る



#### 当日の準備

- 清潔な服・肌着を着る
- 忘れ物がないか再度チェック
- 長い髪は下のほうで結ぶ



4・5月の保健行事予定

日	項目	対象学年	注意事項
4月 7日(火)	保健個人カード 結核検診問診票 心臓検診レポート (1年生+該当者のみ) 配布	全学年	必要事項を記入し、ご提出ください。 記入漏れのないようご確認ください。 保健個人カードに関して、日中の勤務がある方は、緊急連絡先に携帯番号だけではなく勤務先の電話番号をご記入いただくようお願いいたします。
8日(水)	身体計測 (身長・体重)	2・6年・ひばり	体育着で計測します。体育着を忘れずに持たせてください。ポニーテールなど、計測の妨げになる髪型は避けてください。
9日(木)	保健個人カード 他 提出	全学年	必ずご提出ください。 提出日しめきりは9日(木)です。(1年生は7日(火))
13日(月)	心臓検診	1年・該当者	脱ぎ着しやすい服装をお願いします。体育着に着替えて検査をします。
14日(火)	身体計測 (身長・体重)	1年	体育着で計測します。体育着を忘れずに持たせてください。ポニーテールなど、計測の妨げになる髪型は避けてください。
15日(水)	腎臓検診 (尿検査) 1次	全学年	14日(火)に容器と袋を配布します。朝起きて一番の尿を採取し、忘れずに持たせてください。
16日(木)	内科・結核検診	2・3・6年	聴診を受けます。 日常生活の中で気になることがありましたら、担任または養護教諭までお知らせください。 結核検診問診票・保健個人カードを使用します。
20日(月)	聴力検査	2年	結果は後日お知らせします。
21日(火)	聴力検査	3年	日常生活の中で気になることがありましたら、担任または養護教諭までお知らせください。
22日(水)	腎臓検診 (尿検査) 1次追加	未提出者	21日(火)に容器と袋を配布します。朝起きて一番の尿を採取し、忘れずに持たせてください。
23日(木)	内科・結核検診	1・4・5年・ひばり	聴診を受けます。 日常生活の中で気になることがありましたら、担任または養護教諭までお知らせください。 結核検診問診票・保健個人カードを使用します。
24日(金)	聴力検査	5年・ひばり	結果は後日お知らせします。
27日(月)	聴力検査	1年	日常生活の中で気になることがありましたら、担任または養護教諭までお知らせください。
30日(木)	耳鼻科検診	全学年	相談したいことがあれば、お知らせください。髪の毛で耳が隠れる場合は、結ぶか、ピンでとめるなどしてください。 前日の耳掃除にご協力ください。

7日(月)	視力検査	6年	めがね・コンタクトを使用している場合は忘れずに持たせてください。
8日(火)	視力検査	5年・ひばり	めがね・コンタクトを使用している場合は忘れずに持たせてください。
12日(火)	歯科検診	4・6年・ひばり	朝の歯磨きを忘れずにしてください。 矯正等の装置は、外せる場合は外して検診します。そのまま受ける場合は、本人が申し出るようにご指導ください。
13日(水)	歯科検診	1・2・3・5年	朝の歯磨きを忘れずにしてください。 矯正等の装置は、外せる場合は外して検診します。そのまま受ける場合は、本人が申し出るようにご指導ください。
14日(木)	視力検査	4年	めがね・コンタクトを使用している場合は忘れずに持たせてください。
15日(金)	視力検査	3年	めがね・コンタクトを使用している場合は忘れずに持たせてください。
5月 19日(火)	腎臓検診 (尿検査) 2次	該当者	15日(金)に容器と袋を配布します。朝起きて一番の尿を採取し、忘れずに持たせてください。 一次検査の未提出者も提出してください。
19日(火)	眼科検診	全学年	コンタクトをしている児童は外してください。 相談したいことがあれば、お知らせください。
20日(水)	視力検査	2年	めがね・コンタクトを使用している場合は忘れずに持たせてください。
21日(金)	視力検査	1年	めがね・コンタクトを使用している場合は忘れずに持たせてください。
25日(月)	腎臓検診 (尿検査) 2次追加	未提出者	22日(金)に容器と袋を配布します。朝起きて一番の尿を採取し、忘れずに持たせてください。 一次検査の未提出者も提出してください。

保健関係の提出物について

○保健個人カード…4月7日(火)配布。(1年生は入学説明会で配布済み)4月9日(木)提出。(1年生は7日(火))

\*緊急連絡先の変更や日常の様子についての訂正や記入をお願いします。病気やけがで早退や受診をする場合、「①保護者の連絡先」の番号順にご連絡させていただきます。お勤めの方は、携帯電話番号のみではなく勤務先の電話番号の記入もお願いします。開いて右側の「⑥日常の様子」「⑦学校に知らせておきたいこと、緊急で受診する際医師に伝えたいこと」も忘れずにご記入ください。

○結核検診問診票…4月7日(火)配布。(1年生は4月6日(月)配布済み)4月9日(木)提出。(1年生は7日(火))

\*記入漏れがないよう、よくお読みいただき、ご記入ください。質問に「はい」と回答した場合は、その質問の補問や補助質問にも回答をお願いします。咳や痰の症状が続いている場合は結核検診精密検査の対象となる場合がありますので、受診結果等を必ず記入してください。

○心臓検診レポート(1年生・該当者のみ)…4月6日(月)配布。(他学年該当者は7日(火))4月7日(火)提出。(他学年該当者は9日(木))

\*記入漏れがないよう、よくお読みいただき、ご記入ください。質問に「はい」と回答した場合は、矢印右側にある必要事項も記入してください。

\*生年月日の欄について、令和元年生まれのお子さんは、「平成」を二重線で消し「令和」に訂正して記入してください。

**※提出期限が短いですが、期日を守っての提出にご協力ください※**

**※記入漏れがある場合には返却してもう一度記入していただくか、お電話で確認させていただくことがあります※**



内科：石川クリニック 塚田 節郎 先生 TEL 464-1550  
 眼科：てらむら眼科 寺村 環 先生 TEL 439-4663  
 歯科：藤井かおる歯科医院 藤井 薫 先生 TEL 438-1234  
 耳鼻咽喉科：中山耳鼻咽喉科 佐藤 むつみ 先生 TEL 421-4187  
 薬剤師：田中薬局 田中 かずみ 先生 TEL 421-1761