

# 保健だより4月号

美唄市立東小学校  
令和8年4月7日  
保健室  
第1号

## 入学・進級 おめでとうございます

入学・進級おめでとうございます！あたたかい日もふえてきましたが、まだまださむい日も多いですね。この時期は寒暖差がはげしいです。上着をもってくるなどして体温を調整しましょう。

### 保健室ってどんな場所？

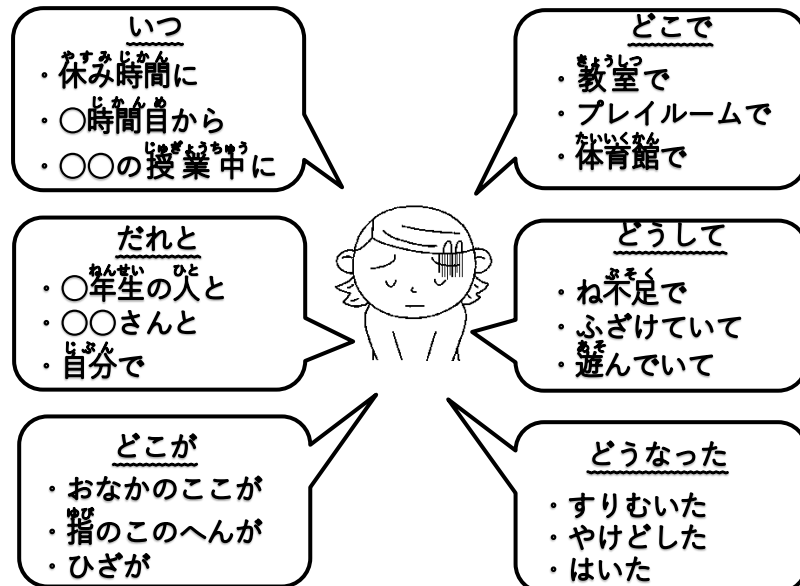


### 保健室のルール！



### 保健室ではこんなことを聞きます

まず最初に、けがをしたのか、体調が悪いのかを教えてください。



### 保健室で使用する薬品

- 湿布→のびのびサロンシップ
- 点眼薬→アイリスCL-Iネオ
- 経口補水液→OS-1
- 消毒液→マキロンS
- その他→ワセリン



学校薬剤師さんに相談して、小児に使用できるものを選んでいきます。体質やアレルギー等で使用を避けてほしいものがありましたら、担任までお知らせください。

また、湿布はおうちで使用したことがあるか、かぶれはなかったか等児童から聞き取りをした上で使用しています。使用せずに冷やすという対応を場合もありますのであらかじめご了承ください。

# 健康診断が始まります☆

## 4月の予定

学年	二計測	視力・聴力検査
1年生	9日(木)	17日(金)
2年生	9日(木)	13日(月)
3年生	9日(木)	15日(水)
4年生	10日(金)	15日(水) 視力のみ
5年生	10日(金)	13日(月)
6年生	10日(金)	14日(火) 視力のみ

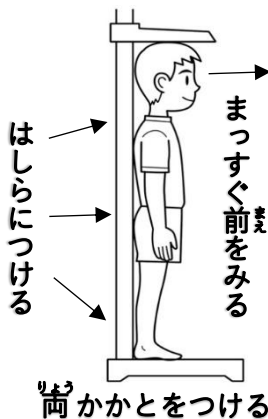
※二計測は身長と体重の測定です。

## 健康診断の結果について

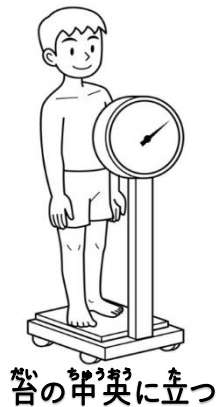
学校では病気の疑いのある人にお知らせを  
していますので、病院では「心配なし」と診断される  
こともあります。でも視力の低下など、毎年のことだか  
ら、わかっているから…とそのままにするのではなく、  
定期受診の目安としていただければと思います。

### 身長・体重のはかりかた

身長



体重



髪の後ろやてっぺんでかみを結ぶと正しく測定  
できません。横でむすぶようにしましょう。

### 健康診断を受けるとき

- しずかに待ちます  
→健康診断では小さな音を聞いたり、音に  
反応する機械を使ったりします。がやが  
やしていると正しい結果がでません。  
静かに待ちましょう。
- あいさつ、お礼を言きましょう。  
→始まる前は「よろしくお願ひします。」  
終わったら「ありがとうございました。」
- のぞいたり、からかったりはしません  
→成長には個人差があります。身長や  
体重をのぞき見したり、からかったり  
してはいけません。

### 結核問診票・内科検診問診票記入のお願い

本日、結核に関する問診票と内科検診問診票を配布しました。必要事項を記入していただき、  
**4月15日(水)まで**に学校まで提出をお願いします。結核に関する問診票は、1年生  
用と2～6年生用で内容が異なっています。兄弟姉妹のいるご家庭は記入前に確認していただき  
ますよう、お願いいたします。



はじめまして、養護教諭の秦 千恵 (はた ちえ) です。

子どもたちが毎日元気いっぱいにご過ごせるように、心と体の両面からサポートしていきたい  
と思っています。どうぞよろしくお願いいたします。