

ほけんだより 4月

<2~6年生用>

令和8年4月7日
川崎市立井田小学校
No.1 児童数配付

4月の保健目標 ●自分のからだをよく知ろう



こころ
心もからだも
元気いっぱいの
1年に
しましょう!

進級おめでとうございます!

いよいよ新年度の始まりです。学年やクラス、教室が変わり、新しいことがたくさんある4月。毎日を元気で楽しく過ごすために、規則正しい生活と十分な休養を大切にしましょう。

保健室では、今年度もみなさんが元気に学校生活を送れるよう、養護教諭の富木香織と木越麻未が、お手伝いをします。

どうぞよろしくお願ひいたします。

保護者の方へ ~保健関係の提出物について~

年度初めは、保健関係の提出物が多くなっています。健康診断の円滑な実施・保健管理のために、期限までの提出にご協力をお願いいたします。

①保健調査票

※各項目に斜線または必要事項が記入されていますか?

②保健用緊急連絡カード

※優先順位や電話番号、勤務先は最新の情報が正しく記入されていますか?

提出締切は **本日、4月7日(火)**です!

ご提出にご協力ください。

学校医の先生方をご紹介します

内容は紙面をご覧ください。



色覚検査について

健康診断の必須項目には入っていませんが、お子さんの色の見え方が気になり、検査を希望される方は連絡帳等でご相談ください。



4~6月は身体計測や視力検査など、お子さんの成長や疾病の疑いなどを確認する大切な検診が続きます。

教室に入ることが難しいお子さんや、ゆうゆう広場や相談指導学級などで過ごされているお子さんも、健康状態を確認する機会を安心して持てるよう、受診時間や場所の配慮をいたします。学校医が来校して行う検診は日数が限られてしまいますが、校内で実施可能なもの(身体計測、視力、聴力検査)については随時実施し、健康管理のサポートをいたします。

検診当日に欠席された場合も、校内で実施できる検査は後日、別日程を設けて実施いたします。ご心配なことがあれば、事前に担任や養護教諭までお気軽にご相談ください。

自分の体を自分で守る一歩を

4月はクラス替えなどの環境変化もあり「がんばろう」と気持ちが入りやすい時期です。でも、がんばりすぎると体や心が疲れてしまうことがあります。頭やお腹が痛い、なんとなく元気が出ない。それは体からの「少し休んで」の合図かもしれません。そんなときは保健室に来てください。ちょっと休憩したり、お話を聞いたり、一緒に原因を探ったりします。



保健室はケガや体調が悪いときだけの場所ではありません。気分が落ち着かない、教室に入りづらい。そんなときに来てもいい場所です。保健室を使うのは、決して弱いからではありません。がんばる日もあれば、力を抜く日があってもOK。自分の体や心と相談しながら、新しい一年を自分のペースでスタートしましょう。



令和8年度 定期健康診断 予定表(4月～5月15日) <2～6年生用>

日程	項目・場所・時間	対象者	留意事項
4月7日(火)	保健調査票 保健緊急連絡カード 回収	2～6年	・記入もれのないようにご確認ください。
4月8日(水)	計測(身長・体重) 保健室 8:55～	5年・6年	・体育着を着用します。 ・髪の毛の長い児童は、頭の上や後ろで髪を結ばず、左右2つに分けて結ぶようにお願いいたします。
4月9日(木)	計測(身長・体重) 保健室 8:55～	3年・4年	・体育着を着用します。 ・髪の毛の長い児童は、頭の上や後ろで髪を結ばず、左右2つに分けて結ぶようにお願いいたします。
4月13日(月)	計測(身長・体重) 保健室 8:55～	2年	・体育着を着用します。 ・髪の毛の長い児童は、頭の上や後ろで髪を結ばず、左右2つに分けて結ぶようにお願いいたします。
4月14日(火)	聴力検査 特活室 8:55～	5年	小さな音を聞き取ります。静かに待つようにご家庭でもお伝えください。
4月15日(水)	聴力検査 特活室 8:55～	3年	小さな音を聞き取ります。静かに待つようにご家庭でもお伝えください。
4月16日(木)	内科検診 保健室 8:55～	3年・6年	・脊柱側弯の検査もします。 ・プライバシーの保護には十分気を付けますが、特別な配慮を必要とする ときは事前にご連絡ください。
4月20日(月)	聴力検査 特活室 8:55～	2年	小さな音を聞き取ります。静かに待つようにご家庭でもお伝えください。
4月21日(火)	視力検査 特活室 8:55～	5年・6年	・眼鏡・コンタクトの人は、矯正視力のみ測ります。 ・眼鏡・コンタクトを忘れずに学校に持ってくるようお願いいたします。
4月22日(水)	視力検査 特活室 8:55～	4年	・眼鏡・コンタクトの人は、矯正視力のみ測ります。 ・眼鏡・コンタクトを忘れずに学校に持ってくるようお願いいたします。
	尿検査 容器等配付	全学年	・尿検査の容器を配付します。
4月23日(木)	尿検査提出(一次) 8:40までに保健室へ 随時厳守でお願いします。	全学年	・提出当日の早朝尿を採取します。提出できない人は二次検査日に提出できます。 ・容器の線まで入れ、こぼれないようにしっかりとふたを閉めて提出してください。
	内科検診 保健室 8:55～	2年・5年	・脊柱側弯の検査もします。 ・プライバシーの保護には十分気を付けますが、特別な配慮を必要とする ときは事前にご連絡ください。
4月24日(金)	聴力検査 特活室 8:30～	欠席者	小さな音を聞き取ります。静かに待つようにご家庭でもお伝えください。
4月27日(月)	視力検査 特活室 8:55～	2年	・眼鏡・コンタクトの人は、矯正視力のみ測ります。 ・眼鏡・コンタクトを忘れずに学校に持ってくるようお願いいたします。
	計測(身長・体重) 保健室 8:30～	全学年欠席者	・体育着を着用します。 ・髪の毛の長い児童は、頭の上や後ろで髪を結ばず、左右2つに分けて結ぶようにお願いいたします。
4月28日(火)	視力検査 特活室 8:55～	3年	・眼鏡・コンタクトの人は、矯正視力のみ測ります。 ・眼鏡・コンタクトを忘れずに学校に持ってくるようお願いいたします。
4月30日(木)	内科検診 保健室 8:55～	1年・4年 ・かなで	・脊柱側弯の検査もします。 ・プライバシーの保護には十分気を付けますが、特別な配慮を必要とするときは事前にご連絡ください。
5月7日(木)	耳鼻科検診 保健室 8:55～	1・3・5年・かなで →全員 2年・4年・6年 →抽出者	・前日は耳掃除をしましょう。 ・検診前は強く鼻をかまないようにしましょう。 ・当日は髪が耳にかからないように結ぶか、ピンで止めてください。
5月8日(金)	視力検査 特活室 8:30～	1・2・3年欠席者	・眼鏡・コンタクトの人は、矯正視力のみ測ります。 ・眼鏡・コンタクトを忘れずに学校に持ってくるようお願いいたします。
5月11日(月)	視力検査 特活室 8:30～	4・5・6年欠席者	・眼鏡・コンタクトの人は、矯正視力のみ測ります。 ・眼鏡・コンタクトを忘れずに学校に持ってくるようお願いいたします。
5月13日(水)	尿検査(二次) 容器等配付	二次対象者と一次未提出者	・該当児童に尿検査容器を配付します。
5月14日(木)	尿検査提出(二次) 8:40までに保健室へ	二次対象者と一次未提出者	・提出当日の早朝尿を採取します。 ・容器の線まで入れ、こぼれないようにしっかりとふたを閉めて提出するようご指導ください。
	歯科検診 保健室 8:45～	4年	・朝、丁寧に歯みがきをしてください。