



ほけんだより

令和8年4月8日 NO. 1
さいたま市立馬宮西小学校 保健室



4月の保健目標『自分の体を知ろう』

入学・進級おめでとうございます！

いよいよ新しい学年のスタートです。4月は、ドキドキやワクワクがたくさんあり、気付かないうちに疲れがたまっています。そんな時は無理をせず、早寝早起きを心がけましょう。この「ほけんだより」では、毎日を健康に過ごすためのポイントなどをお知らせします。おうちの人と一緒によんでくださいね。



みなさんが、心も体も元気に過ごせるように、今年度も保健室からサポートしていきます。どうぞよろしくお祈いします！



元気いっぱい 1年にしよう

勉強にも運動にも全力で取り組むためには、規則正しい生活で体も心も元気であることが大切です！

早く寝て体を休める！



早起きで頭がすっきり！



よい生活リズムを身につけよう

元気に勉強や運動！



朝ごはん
で
パワーチャージ！



保健室に入るときはいの3さんステップ

1 あいさつをする

しつれいします

2 自分のクラスと 名前なまえを言う

ねん くみ
○年○組
○○○○です



3 来た理由きりゆうを伝える

ころ
転んで
ひざを
すりむきました

健康診断

3つの約束

みんなが
気持ちよく検査できるように
必ず守りましょう

あいさつをする

学校医がっこういの先生せんせいはみんなの体からだが元気げんきなのか調べてくれます。みてもらう前まえと終わおった後あとにはきちんとあいさつをしましょう。



体の情報からだじょうほうはひみつにする

体からだや健康けんこうの様子ようすは大事な個人情報こじんじょうほうです。友だちの結果けっかを勝手に見たり、話はなしたりしないようにしましょう。



静しずかに待まつ

周りまわりがうるさいと、先生せんせいが体からだの音おとを聞き取れなかつたり、友だちが耳みみの検査けんさで困こまったりして、検診けんしんができません。





※裏面うらめんに続つづきます。

保護者の方へ

健康診断日程

4月10日(金) 発育測定	5月13日(水) 尿検査1次回収日
4月13日(月) 視力・聴力検査	5月13日(水) 耳鼻科検診
4月15日(月) 歯科健診	5月14日(木) 尿検査1次予備日
4月22日(水) 内科検診	5月28日(木) 心臓検診(1・4年)
4月23日(木) 眼科検診	6月4日(木) 尿2次検査(該当者)
4月27日(月) 色覚検査(1・4年・希望者)	

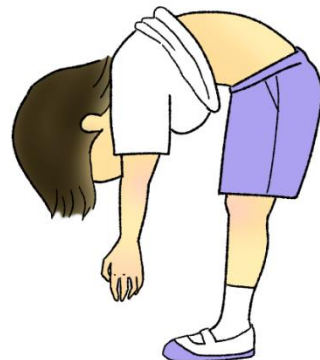
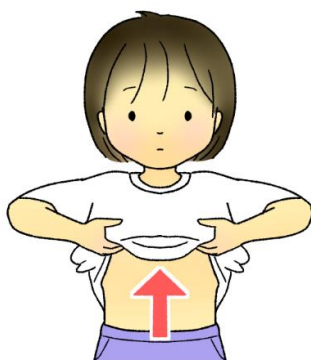


※健康診断のため、問診票の提出があります。記入漏れのないようお願いいたします。
※発育測定、内科検診、心臓検診は、体育着に着替えます。忘れずに持たせてください。

健康診断実施時の配慮についてのお知らせ

内科検診や心臓検診の実施に当たっては、学校内科医と相談し、正確な検査・診察を実施するとともに、児童の心情に寄り添い、プライバシーに配慮しながら、以下のように実施しております。

- 検査は、男女別になるように順番に実施しています。
- 検査・診察時には、他の児童から周囲が見えないようパーテーション等で囲い、個別の診察スペースを用意しています。
- 内科検診では、記録に養護教諭が入ります。担任は、着衣の状態で待機しているスペースで児童の指導を行っています。
- 心音や脊柱、胸郭、皮膚疾患の診察の場面においては、疾病や異常の有無を確認するため、児童が自分で体育着をめくり、学校医が聴診、視診、触診をします。その際も、学校医、養護教諭と児童本人のみの個別スペースでの診察になります。他の児童や担任が診察スペースに入ることはありません。御理解御了承ください。



保健関係提出物について

配付回収物	配付日⇒回収日	備考
保健調査票	4月8日(水)配付 ⇒4月10日(金)回収 ※すべて個人封筒(黄)に入れて提出してください。	加除修正をしてください。
緊急連絡票		加除修正をしてください。
結核に関する問診票		該当学年部分を回答してください。
運動器・脊柱側弯症問診票		該当学年部分を回答してください。
耳鼻科アンケート		記入漏れのないよう御回答ください。
心臓検診調査票(1・4年)		記入漏れのないよう御回答ください。
色覚検査希望調査(1・4年)		1・4年以外で検査を希望の方は、担任までお知らせください。

お世話になる学校医の先生方

内科	中山 桂司 先生	中山クリニック(大宮区上小町)
内科	川口里江子 先生	けやき医院(西区中野林)
眼科	下川 良一 先生	しもかわ眼科クリニック(北区宮原町)
耳鼻科	中座 資実 先生	西大宮耳鼻咽喉科ときわクリニック(西区清河寺)
歯科	前川 和成 先生	まえかわ歯科クリニック(西区佐知川)
薬剤師	岸田 誠 先生	岸田薬局(西区島根)

スポーツ振興センターについて

学校の管理下で発生した児童の負傷等の災害に対して、医療費が給付される制度です。

申請に必要な書類を医療機関に持参する必要がありますので、必ず学校まで御連絡ください。病院の窓口で「学校管理下のけがであること」をお伝えいただき、医療費をお支払いください。申請後、見舞金が増加された給付金が給付されます。

なお、掛金460円につきましては、口座振替になります。詳しくは別紙教育委員会からのお知らせを御覧ください。

また、令和9年1月より、給付金の申請方法が変更になる予定です。詳細は、近くなりましたらお知らせいたします。

お知らせとお問い合わせ

◎保健室で行う応急処置は、医療機関または保護者の方に引き継ぐまでの処置、あるいは一般医療の対象とならない程度の軽微なものになります。

◎経過観察の必要がある場合や、受診が必要になる可能性がある場合には、学校でのお子さんの様子をお伝えします。御家庭でも、様子をみていただきますようお願いいたします。

◎緊急連絡先に変更があった場合は、速やかに担任までお知らせください。

◎1学期は健康診断関係で提出いただく書類が多くあります。お忙しい中ですが、期限を守って提出に御協力をお願いいたします。

