



令和7年4月号
東浪見小学校 保健室

お子様のご入学・ご進級おめでとうございます。

保健室におります養護教諭の と申します。お子様が元気に楽しく学校で過ごせるようサポートして参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。ほけんだよりでは、からだや心の健康について様々な情報を載せていきます。お子様と一緒に読みいただけますと幸いです。



保健関係書類の記入・提出をお願いします

本日、以下の書類が入った、保健関係連絡袋を配付しました。

これらの調査は、健康診断をより的確に行うために、また学校でのお子様の健康管理をする上での大事な調査となります。心身の状態やアレルギー等、学校に知らせておきたいことの記入をお願いします。

提出期限は、4月11日（金）です。

- ① 保健調査票
- ② 結核検診問診票
- ③ 運動器検診保健調査票
- ④ 耳鼻咽喉科調査票
- ⑤ 色覚検査希望調査票（4年生のみ）



春休みモード → 学校モードへ

新しい生活が始まる春は、気持ち的にも生活リズムを作りやすい時期です。生活リズムを整えて、気持ちよく新年度のスタートが切れるとよいです。



生活リズムを作る3つのポイント

1

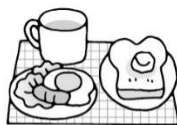
早寝・早起き



成長ホルモンは睡眠中にたくさん分泌されます。夜9時には寝て、朝も決まった時間に起きましょう。

2

朝ごはん



体を目覚めさせるスイッチで、1日のエネルギー源にもなります。栄養のあるものを食べましょう。

3

ウンチ



朝ごはんの後は、ゆっくりトイレタイム。出なくても、トイレで座る習慣をつけましょう。

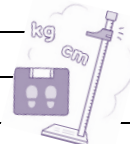
令和7年度 定期健康診断年間予定

※日程は変更する可能性があります。

項目	日	時間	対象	検査者
身体計測	4月14日(月) 9月3日(水) 1月8日(木)	1、2校時	全学年	学級担任 養護教諭
尿検査(一次)	4月15日(火)	朝	全学年	医師会診療所
尿検査(予備日)	4月16日(水)	朝	一次未提出者	医師会診療所
視力検査	4月21日(月)	1～3時間目	全学年	養護教諭
心電図検査	4月22日(火)	9:00～の一宮終了後	1年	医師会診療所
聴力検査	4月24日(木)	1、2校時	1、2、3、5年	養護教諭
尿検査(二次)	4月30日(水)	朝	一次検査有所見者 一次検査未実施者	医師会診療所
色覚検査	4月30日(水)	午前	4年希望者	養護教諭
内科検診	5月1日(木)	13:30～	全学年	よねもと整形外科
眼科検診	5月2日(金)	13:30～	全学年	岡田眼科医院
3Dスコリオ検診	5月15日(木)	13:20～	5年	ちば県民予防財団
耳鼻科検診	6月3日(火)	13:30～	3年生該当者 聴力有所見者	K・Iクリニック
歯科検診	6月9日(月)	8:30～	全学年	とみさわ歯科クリニック
側わん症X線検診	6月23日(月)	9:00～	スコリオ有所見者 他対象者	ちば県民保健予防財団
小児生活習慣病予防検診 (血圧・腹囲測定)	9月中旬	午前	4年希望者	町保健センター保健師 養護教諭
小児生活習慣病予防検診 (採血)	10月8日(水)	9:00～の一宮小終了後	4年希望者	医師会診療所

4月の保健行事のお願い

項目	お願い等
身体計測	髪は頭頂部で束ねず、低い位置で束ねてください。2つ縛りが望ましいです。
尿検査(一次)	容器は前日の14日に配付します。
視力検査	メガネ・コンタクト使用者は忘れずに持ってきて下さい。
心電図検査	当日欠席した場合は、指定日に保護者の方が検査会場まで送迎しての受診となります。
聴力検査	髪が耳にかからないよう束ねてください。
尿検査(二次)	容器は26日に配付します。
色覚検査	プライバシーに配慮しながら実施します。



お世話になる学校医の先生の紹介

内科	よねもと整形外科
歯科	とみさわ歯科クリニック
耳鼻咽喉科	K・Iクリニック
眼科	岡田眼科医院
薬剤師	ツルハドラッグ茂原店



令和7年4月より学校医の先生が変更となりました。

