

*ほけんだよりでは、毎月、保健行事や健康についてお知らせしていきますので、おうちの方といっしょに読んでください。



清須市立清洲東小学校
令和7年度 4月号 Part 1

5名のピカピカの1年生を迎え、新年度がスタートしました。

新しい生活に胸をワクワクさせていると思います。これからの一年間、心も体も健康に過ごしましょう。



③ どうして健康診断をするのかな？

- ① どれだけ体が大きくなっているかを知るため。
- ② 病気がないかどうかを知り、病気があれば早く治すため。
- ③ 健康の大切さを知り、さらに丈夫な体をつくるため。

<4月の保健行事>

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
7 	8 入学式 (1年) 保健調査票・運動器調査票・歯科アンケート・心電図個票配付	9 始業式 (2～6年) 保健調査票・運動器調査票・歯科アンケート・心電図個票配付	10 	11
14 身体測定 5・6年 (全学年) 尿検査容器配付 (1～6年) 保健調査票・運動器調査票・歯科アンケート提出 (1・4年) 心電図個票提出	15 身体測定 3・4年 (全学年) 尿検査提出 1日目 (全学年) 結核問診票配付	16 身体測定 1・2年・4・5・6・7組 (全学年) 尿検査提出 2日目 (予備日)	17 歯科検診 3・4・5年 	18 眼科検診 4・5・6年 (全学年) 結核問診票提出
21 視力検査 5年 	22 内科検診 2・5年 	23 心電図 1・4年 	24 PTA総会 (5年) 野外学習 事前健康調査配付	25 内科検診 3・6年
28 視力検査 6年 (5年) 野外学習 事前健康調査提出	29 昭和の日 	30 	5/1 視力検査 4年 	5/2 視力検査 3年

*身体測定・内科検診・心電図検査は、体操服で行います。忘れずに持ってきてきましょう。
尚、検診の際は、体操服の下に、下着を着るようにしてください。



保健関係書類について

年度初めに、お子様の健康状態をより正しく把握するために、「保健調査票」や「運動器検診保健調査票」、「結核健診問診票」などを記入していただいております。配付日や提出日は、学年によって違うものもありますので、ご注意ください。

提出の際は、プライバシー保護のため、「お便り袋」に入れてご提出ください。



健康診断の結果のお知らせ

健康診断で病気の疑いがみつかった場合は、それぞれ「結果のお知らせ」をお渡しします。よりよい状態で学校生活を送るためにも、早めの受診をお勧めします。総合的な結果については一学期末に「健康手帳」でお知らせします。



あさ けんこうかんさつ 朝の健康観察

毎朝登校前にご家庭で、お子様の健康状態を確認してください。もし、発熱等のかぜ症状 (のどの痛みやせき等) がある場合は、登校を控えさせてください。また、学校で発熱したり、体調がすぐれなかったりするお子様は、早退をお願いしますので、ご理解・ご協力をお願いします。
*早退やけがの場合、必ず連絡が取れる連絡先を、児童調査票にご記入ください。



<一年間、健康でいるために！>

- ① 手洗い・うがい
- ② ハンカチ・ティッシュ
- ③ 適度な運動



放課には外で元気に遊ぼう。

- ④ 十分な睡眠 <目安>



・低学年：9～10時間
・高学年：8～9時間

- ⑤ バランスのとれた食事



朝ごはんもしっかりおかずを食べよう。

保健室は心と体の教室です

保健室は、みなさんがいつも元気でいられるように、保健の先生がお手伝いするところです。

- ① けがや病気するとき
- ② 体のことを知りたいとき
- ③ 心配なことがあるとき



- <保健室利用の約束>
- ☆ 保健室へ来るときは、担任の先生に言ってからくること。
 - ★ 保健室を利用したら、担任の先生やおうちの人に伝えること。