

# ほけんだより 4月

2023.4.12  
 柏市立酒井根西小学校  
 おうちの人と読んでください。

## にゅうがく 入学おめでとうございます!

いよいよ小学校生活が始まります。新しいクラス、新しい友だち、新しい先生との出会いにドキドキ・ワクワクしている人も多いと思います。みなさんが元気いっぱい安心して学校生活を送ることができるように、「ほけんだより」をとおして、健康についていっしょに考えていきたいと思ひます。



### 保健室はこんな場所です

- ケガの手当てをしてくれる
- 体調が悪いときに休める
- 悩みを相談できる
- 体や心について聞ける

保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。  
 「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

### 守ってください 保健室のルール

- ・保健室で貸し出した保冷剤やタオルなどは必ず返してください。着替えは洗って返却、ハンカチや下着は新しいものを返却してください。
- ・保健室は病院ではありません。薬を出したり、家でのけがを手当てしたりすることはできません。

はじめまして。養護教諭の相澤結衣です  
 1年生のみなさんが元気にたのしく学校生活を送れるように、保健室からサポートしていきます。  
 ろう下で会ったときは、気軽に声をかけてくださいね。  
 よろしくお願ひします。



### お世話になる 学校医の方々



	お名前	医療機関名	住所	電話番号
内科	三好 義隆 先生	みよしあかちゃんこどもクリニック	しいの木台5丁目25-7	7311-2525
歯科	石井 実 先生	アイ デンタル クリニック IDental Clinic	南柏中央3-2 キュア・ラ2F	7171-3456
耳鼻科	村本 武久 先生	南柏耳鼻咽喉科	南柏中央1-6 宇佐見ビル3F	7174-1187
眼科	岸 真理 先生	あけはら眼科	明原3-1-18	7142-8585
薬剤師	あまの えい子 先生			

※裏側は、健康診断の予定表です。

# けんこうしんだん よてい 1学期の健康診断予定



項目	たんぽぽ	1年	2年	3年	4年	5年	6年	じゅんぴ ちゅうい 準備・注意
はついくそくてい 発育測定 しりよく 視力	4/14	4/14	4/11	4/11	4/10	4/10	4/10	たいそうふく 体操服 めがね
ちょうりよく 聴力	4/17	4/19	4/19	4/17		4/17		
しか 歯科	5/1	5/1	5/1	5/1	4/24	4/24	4/24	は 歯みがき
ないか 内科	5/19							たいそうふく 体操服
がなか 眼科	6/7							せんがん 洗顔
じびか 耳鼻科	5/31 きぼうしゃ (2・4・6年生は希望者のみ)							みみ かみ 耳に髪がかか らないように
しんそうけんしん 心臓検診	1年生のみ	5/23						たいそうふく 体操服
にょうけんさ 尿検査(一次)	けんさようきはいふ 検査容器配付 5/12 提出日 5/15 (提出予備日 5/16)							けんさぶつ 検査物
にょうけんさ 尿検査(二次)	がいどうしゃ 該当者のみ けんさようきはいふ 検査容器配付 6/1 提出日 6/2 (予備日6/16)							



## 【いつも通り】じゃもったいない! 知っておこう 健康診断の目的

## おねがい

知る

学校で勉強したり、  
運動したりするときに  
支障がないか、調べる

学ぶ

自分の健康に  
関心を持って、  
健康について学習する

どれくらい成長したかを知ったり、見直す  
生活習慣はないか考えるなど、健康診断を  
有効に活用できるといえますね。



### 新年度 提出物一覧

- ★緊急用連絡カード
  - ★保健調査
  - ★運動器検診保健調査
  - ★結核健康診断問診調査票
  - ★心臓検診調査票
  - ★引き渡しカード
  - ★日本スポーツ振興センター加入同意書
- 提出期限は4月17日(月)までです!

- ① 準備する物や提出物を忘れないように!
- ② 検診前は、お風呂に入り、からだを清潔にしてお  
きましょう。歯みがきも忘れずに!
- ③ 検診中は静かにしましょう。
- ④ 校医の先生の質問には、しっかり答えましょう。
- ⑤ 他の人の結果を見てはいけません。
- ⑥ 「治療のお知らせ」をもらったら、早めに検査や  
治療を受けましょう。

健康診断3つのチェックポイント