

保健だより



令和7年4月
白銀小学校 保健室

入学・進級おめでとうございます!!

新しい春が始まりました。皆さん、どんな気持ちで過ごしているでしょうか。ワクワク楽しみな気持ちでいっぱいな人もいれば、ドキドキ不安な気持ちを抱えている人、様々だと思います。

保健室では、皆さんが毎日元気に楽しく過ごせるようにサポートしていきたいと思います。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

4月の健康診断の日程

日にち	項目	対象者	
14日	身体計測	全学年	体操服を持ってきてください。 髪の毛は頭の上で結ばないでください。
15日	聴力検査	3～5年生	
16日	聴力検査	1～2年生	
17日	視力検査	3～5年生	メガネの人は忘れずに持参してください。
18日	視力検査	1・2・6年生	
21日	歯科検診	全学年	朝の歯みがきをていねいに行いましょう。
23日	尿検査	全学年	予備日は5月1日(木)です。

- 提出物
忘れずに!!
- ☐ 保健調査票
 - ☐ 運動器保健調査票
 - ☐ 尿検査
- 記入もれのないようにお願いします。
→ 4月23日(水)朝 忘れずに持ってきます。

忘れ物
に注意!!

検診ごとに服装や持ってくるもの、注意事項が異なります。
詳しくは保健だよりやお手紙等でお知らせいたします。

※ 健康診断は受けてからが大切!! 健康診断は自分の体のことを理解するための大切な機会となり、また、病気の早期発見や早期治療、予防につながります。健康診断の結果、詳しい検査や相談が必要と言われた人は早めにかかりつけの病院へ相談するようにしてください。



学校医の先生方を紹介いたします!

内科	都祭 敦先生(白銀クリニック)
歯科	石橋 恒元先生(ファミリー歯科)
眼科	川島 重信先生(佐倉眼科医院)
耳鼻科	鏡 由里子先生(ゆり耳鼻咽喉科医院)
薬剤師	辻 智史先生(ペンギン薬局)

1年間、健康診断や
学校環境検査等
でお世話になる
先生方です。



こんなとき 保健室へきてください!

けがをしたとき



ぐあいがわるいとき



はなしやそうだんを
したいとき



からだやころろについて
しりたいとき



おぼえてね! 保健室のやくそく

- 担任の先生にけがや体の様子を伝えてから、保健室へ行きましょう。
- 傷口の汚れをよく洗ってから、行きましょう。
- 保健室の中では静かに過ごしましょう。
- 「いつ」「どこで」「どうなって」「どんな様子か」など言葉で伝えられるようにしましょう。
- 保健室では「飲み薬」をもらって飲んだり、長時間の休養はできません。
- 保健室では、当日のケガや体調不良の手当てを行います。



給食後の歯みがきについて(希望される方)

【持ち物】

- ① 歯ブラシ ② コップ(割れにくいもの)

※巾着袋に入れて、毎日持ち帰る。



【実施方法】

給食後、「ごちそうさま」をした後に、自席で歯みがきをし、その後、口をすすぎに手洗い場へ行きます。(手洗い場の混雑を避けるため)歯ブラシとコップを袋に入れて、毎日持ち帰ります。

【歯みがきをする時の約束】

- 水道はゆずり合って、混まないようにする。
- 歯みがき中はおしゃべりをしない。
- うがいの時は静かに水を吐き出す。
- 歯みがきをくわえたまま歩かない。

おねがい

- 持ち物には全て記名をお願いします。
- ご家庭での朝・夜の歯みがきについて、お子さまへの声かけや仕上げみがき等にご協力よろしくお願いします。