

# ほけんだより 4月

令和8年4月6日  
名張市立美旗小学校  
保健室

入学、進級 おめでとうございます！

養護教諭の **土屋 早苗** です。みなさんが毎日元気に楽しく過ごせるように、また、心も体も健やかに成長していけるように、保健室からサポートします。よろしくお願ひします。



## がっ けんこうしんだん にってい 4月 健康診断の日程

4月8日 (水)	発育測定 (1・2・3年)
9日 (木)	発育測定 (4・5・6年)
10日 (金)	視力検査 (1年)
13日 (月)	聴力検査 (1年)
14日 (火)	視力検査、聴力検査 (2年)
15日 (水)	視力検査、聴力検査 (3年)
16日 (木)	歯科検診 (4・5・6年)
17日 (金)	尿検査容器配布 (全学年)
20日 (月)	尿検査提出日 (全学年)
21日 (火)	視力検査 (4年)
22日 (水)	視力検査 (6年)
23日 (木)	歯科検診 (1・2・3年)
27日 (月)	視力検査、聴力検査 (予備日) 再検査や欠席者など



☆5月以降の検診については、後日ほけんだよりでお知らせします。

☆検診前に配布するほけんだよりをよく読んで、受け方や服装などを確認してください。

## 学校医の先生を紹介します

学校医 (内科)

加茂和敏 先生 (総合医療クリニック 桔梗)

学校医 (眼科)

福喜多光志 先生 (福喜多眼科医院)

学校医 (耳鼻科)

久保将彦 先生 (久保耳鼻咽喉科クリニック)

学校歯科医

平澤正之 先生 (平沢歯科診療所)

学校薬剤師

森田友基 先生 (赤井薬局)

裏につづく・・・  
お知らせがあります。  
必ず読んでください！



# 保健室からの お知らせ

## おうちのかたへ

### 「保健調査票」の記入をお願いします。

- ・本日、「保健調査票」と「保健調査票の記入について」という文書を配布しましたので、よく読んでいただき、今の学年の欄に、もれのないように記入をお願いします。
- ・4月8日(水)までに提出してください。よろしくお願いします。

### 独立行政法人日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」について

- ・本日、「災害共済給付制度のお知らせ」を配布しましたので、ご確認ください。
- ・共済掛金(年額)550円は、6月の集金で引き落としさせていただきますのでご了承ください。
- ・1年生と、昨年度途中・今年度転入児童は、名張市教育委員会発行の加入についての同意書も配布しています。よく読んでいただき、同意書に必要事項を記入して切り取り、4月8日(水)までに学校へ提出してください。

## はついくそくてい 発育測定



### なに しら 何を調べるの?

しんちよう せ たか たいじゅう おも しら  
身長(背の高さ)、体重(からだの重さ)を調べます。

- ・身長をはかるときは、あごをひいて、まっすぐ前を向きます。背すじはピンと伸ばしましょう。
- ・体重計には静かにのりましょう。

☆体操服を忘れずに持ってきましょう。

☆髪の毛は頭の上で結ばないように気をつけましょう。

## ちようりよくけんさ 聴力検査



### なに しら 何を調べるの?

おと き しら  
音がどれくらい聞こえているかを調べます。

- ・検査は右耳→左耳の順番で行います。
- ・レシーバーを耳に当て、音が聞こえてきたら、ボタンを押しましょう。音が聞こえなくなるまで、ボタンを押し続けます。

☆待つ人は静かに待ちましょう。

☆4・6年生は聴力検査はありません。

## しりよくけんさ 視力検査



### なに しら 何を調べるの?

め しら  
目がどれくらい見えているかを調べます。

- ・結果はA(1.0以上)、B(0.9~0.7)、C(0.6~0.3)、D(0.3未満)で表します。

☆メガネを持っている人は、検査の時に忘れずに持ってきましょう。

☆コンタクトレンズの人は、検査の時にそのことを伝えてください。

**健康診断** 健康診断がはじまります。健康診断は、みなさんが毎日学校に来て勉強をしたりと友だちと遊んだりできるように、「病気がないか」「生活で注意するところはないか」「問題なく成長できているか」などを確認する大切なものです。自分の体について知ることができる1年に1度のチャンス。ただ検診を受けるだけではなく、どのようなことを調べるのか、また今の自分がどういう状態なのかを知って、健康でいるための手がかりにもらえたらうれしいです。大切な健康は自分で守る。そのためにできることを考える機会にしてください。