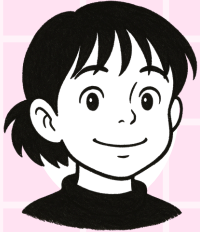


4月 ほけんだより

令和8年4月8日
さいたま市立
辻小学校 保健室



今年も1年間よろしくお願ひいたします！

昨年度に引き続き、辻小学校の保健室を担当します。名前が奥山から長谷川になりました。長谷川悠美です。

今年も辻っ子みなさんが、明るく楽しい学校生活を送れるよう、サポートしていきます。どうぞよろしくお願ひいたします。



4月の保健行事

※…配付物

★…学校医検診

●…浦和医師会

日付	行事・予定
8日(水)	※保健調査票・緊急連絡票配付(1年) ※2~6年は前年度末配付済→4/10(金)回収 色覚検査希望調査・心臓検診調査票配付(1・4年生のみ) ★視力・聴力検査…各学年ごとに実施(4/10(金)まで)
9日(木)	発育測定(3・4年) 
10日(金)	発育測定(5・6年) ※保健調査票・緊急連絡票(全学年) 色覚検査希望調査・心臓検診調査票(1・4年)提出×切
13日(月)	発育測定(5組・2年) 
14日(火)	聴力再検査(全学年) 
15日(水)	視力再検査(2・4・5・6年)
16日(木)	聴力・視力再検査予備日、色覚検査(2・3・5・6年生希望者) ※結核問診票/運動器脊柱側弯症問診票配付(5組・3~6年)→4/20(月)回収 ※尿検査キット配付日→4/20(月)回収
20日(月)	●尿検査1次(8:30までに提出) ※結核問診票/運動器脊柱側弯症問診票(5組・3~6年)×切 
23日(木)	★耳鼻科検診(3~5年) 9:30~
24日(金)	発育測定(1年)
28日(火)	発育測定予備日 ●尿検査予備日(8:30までに提出) 
30日(木)	★耳鼻科検診(前回欠席者、5組、1・2・6年) 9:30~

学校での薬の服用に関して

- ★保護者の方が連絡帳に記載
- ★児童が管理・保管する
- ★児童が自分で飲む



学校でお薬を飲む必要がある場合は、上記のことを守るようお願いしております。

ご不明点がある場合は、事前に、担任または養護教諭までお問合せください。

こんげつ ほけん もくひょう 今月の保健目標

じぶん の からだ を 知 ろ う

4月～6月にかけて
さまざまな健康診断が行われます。自分の体を知るチャンスです。



保護者の方へ

独立行政法人日本スポーツ振興センターについて



学校の管理下（家を出てから家に帰るまで）で発生した児童のけが等に対して、医療費が給付される共済制度です。学校の活動中や登下校中などにけがをし、医療機関を受診した場合は学校までお知らせください。学校管理下の災害においては、子育て支援医療制度を利用せず、医療機関の窓口で「学校でのけが」であることを伝え、振興センターの制度を優先して使用していただくようお願いします。

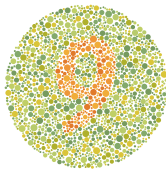


掛け金（460円）は、公会計化に伴い、さいたま市に直接納付となります。なお、給付金は従来通り学校で直接手渡しとなりますのでご了承ください。

2・3・5・6年生の 保護者の方へ

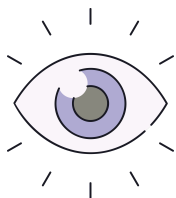
●色覚検査について

さいたま市では、
1・4年生の希望者を
対象に色覚検査を実施しています。



2・3・5・6年生の中で、色覚検査を希望される方は、担任にご連絡ください。お手紙を別途配付いたします。

希望調査を受け取りましたら、必要事項を記入の上、保健室までご提出ください。



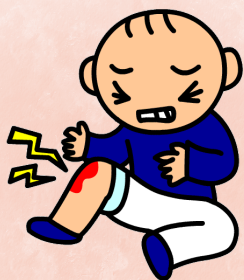
お家にいらないもの ありませんか？

- ◎サイズアウトした衣服
 - ・Tシャツ ・ズボン ・靴下
 - ・体操着 ・上着
- ◎いらなくなったタオル
- ◎余っている保冷剤

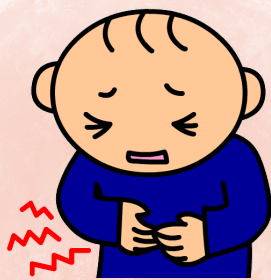
保健室で有効活用させていただきます
ご寄付いただくと嬉しいです

つじしょう ほけんしつ
辻小の保健室

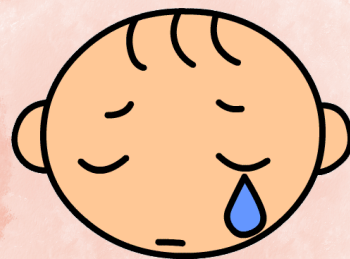
まよ
こんなときは迷わずきてね！



けがをした



ぐあい わる
具合が悪い



つらい



ほけんしつ
保健室って
こんなところ

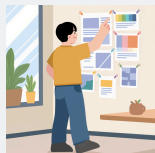
おうきゆう てあて

応急手当

びょうき てあて
ケガや病気の手当をしま
す。病院ではないので、
くすり
お薬はありません。



けんこうじょうほう はっしん きち
健康情報 発信基地



けんこう かん じょうほう み
健康に関する情報を見ること
ができます。保健室前の掲示
ぶつ
物など見てみてください。

けんこうしんだん
健康診断

しんちよう たいじゆう しりよく
身長、体重、視力はいつでも
はか ぼけんしつ せんせい こえ
測れます。保健室の先生に声
をかけて使ってください。



リラックスルーム

こころ からだ つか つら
心や体が疲れたとき、辛い
ときは、声をかけてくださ
い。いつでも味方です。



レンタルショップ

ようふく たいそうぎ したび よご
洋服、体操着、下着が汚れ
たとき、ナプキンを忘れた時
は借りに来てください。





保健室のおやくそく

先生に言ってから来る

保健室にくるときは担任の先生に言ってから来ましょう。休み時間などで担任の先生がいないときは、次の授業の先生に伝えてください。

なるべく休み時間に来る

大ケガや病気のとき以外の、緊急でないときは、なるべく休み時間に来るようにしましょう。

付き添いは1人まで

付き添いの人と来ましょう。もし誰かにケガをさせてしまったときは、違う学年の人でも必ず付き添って一緒に保健室に連れてきてください。

自分のことは自分でやる

転んで砂が付いたら水で洗ってから保健室に来たり、ばんそうこうをはったり、自分のことは自分でできるように一緒に練習しましょう。

しずかにする

具合が悪くて寝ている人がいるかもしれません。休んでいる人がいる時は、しずかにしましょう。話すときは小さな声で話しましょう。

休養は1時間まで

保健室で1時間休んでも具合がよくなる場合は、お家の方にお迎えに来てもらい、お家に帰ります。保健室は一時的な休養のみできます。

自分の状態を説明できるように

保健室に入るときは学年・クラス・名前を言ってから入ります。その後、自分の体がどうなっているのか、あわせて教えてください。