

ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする

静かにすごす

物を使うときは先生に声をかける



★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

身体測定(視力検査・聴力検査)

4/10 (3,4年)

4/13 (5,6年)

4/14 (1,2年)

※体そう服をわすれずに



尿検査

5/20

※朝、わすれずにとろう

尿再検査

6/2 (予備: 6/3)

※再検査になった人は、後日お知らせ



心電図検査(1年) 4/20

※体そう服をわすれずに

眼科健診 5/21

※前がみはピンでとめるか、みじかめに
※下まぶたを下げる練習をしておこう



耳鼻科健診

5/14 (1,3,5年)

※耳そうじをしておこう



内科健診・運動器検診

6/2 (3,4年)

6/3 (1,6年)

6/4 (2,5年)

※体そう服をわすれずに



歯科健診 5/19

※歯をみがいておこう



校医さんの紹介です

- 内科 横田 崇 先生
- 歯科 高木 洋一 先生
- 眼科 三井清次郎 先生
- 耳鼻科 増田 光家 先生
- 薬剤師 井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。

ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする

静かに過ごす

物を使うときは先生に声をかける






★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

<p>身体測定(視力検査・聴力検査)</p> <p>4/10 (3,4年)</p> <p>4/13 (5,6年)</p> <p>4/14 (1,2年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 	<p>尿検査</p> <p>5/20</p> <p>※朝、わすれずにとろう</p> <p>尿再検査</p> <p>6/2 (予備: 6/3)</p> <p>※再検査になった人は、後日お知らせ</p> 
<p>心電図検査(1年)</p> <p>4/20</p> <p>※体そう服をわすれずに</p>	<p>眼科健診</p> <p>5/21</p> <p>※前がみはピンでとめるか、みじかめに</p> <p>※下まぶたを下げる練習をしておこう</p> 
<p>耳鼻科健診</p> <p>5/14 (1,3,5年)</p> <p>※耳そうじをしておこう</p> 	<p>内科健診・運動器検診</p> <p>6/2 (3,4年)</p> <p>6/3 (1,6年)</p> <p>6/4 (2,5年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 

校医さんの紹介です



- 内科 横田 崇 先生
- 歯科 高木 洋一 先生
- 眼科 三井清次郎 先生
- 耳鼻科 増田 光家 先生
- 薬剤師 井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。

ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする

静かに過ごす

物を使うときは先生に声をかける







★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

<p>身体測定(視力検査・聴力検査)</p> <p>4/10 (3,4年)</p> <p>4/13 (5,6年)</p> <p>4/14 (1,2年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 	<p>尿検査</p> <p>5/20</p> <p>※朝、わすれずにとろう</p> <p>尿再検査</p> <p>6/2 (予備: 6/3)</p> <p>※再検査になった人は、後日お知らせ</p> 
<p>心電図検査(1年)</p> <p>4/20</p> <p>※体そう服をわすれずに</p>	<p>眼科健診</p> <p>5/21</p> <p>※前がみはピンでとめるか、みじかめに</p> <p>※下まぶたを下げる練習をしておこう</p> 
<p>耳鼻科健診</p> <p>5/14 (1,3,5年)</p> <p>※耳そうじをしておこう</p> 	<p>内科健診・運動器検診</p> <p>6/2 (3,4年)</p> <p>6/3 (1,6年)</p> <p>6/4 (2,5年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 

校医さんの紹介です



- 内科 横田 崇 先生
- 歯科 高木 洋一 先生
- 眼科 三井清次郎 先生
- 耳鼻科 増田 光家 先生
- 薬剤師 井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。

ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

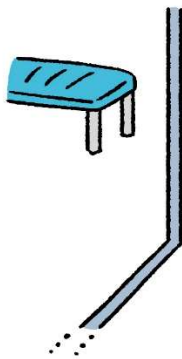
応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする



静かにすごす



物を使うときは先生に声をかける








★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

<p>身体測定(視力検査・聴力検査)</p> <p>4/10 (3,4年)</p> <p>4/13 (5,6年)</p> <p>4/14 (1,2年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 	<p>尿検査</p> <p>5/20</p> <p>※朝、わすれずにとろう</p> <p>尿再検査</p> <p>6/2 (予備: 6/3)</p> <p>※再検査になった人は、後日お知らせ</p> 
<p>心電図検査(1年)</p> <p>4/20</p> <p>※体そう服をわすれずに</p>	<p>眼科健診</p> <p>5/21</p> <p>※前がみはピンでとめるか、みじかめに</p> <p>※下まぶたを下げる練習をしておこう</p> 
<p>耳鼻科健診</p> <p>5/14 (1,3,5年)</p> <p>※耳そうじをしておこう</p> 	<p>内科健診・運動器検診</p> <p>6/2 (3,4年)</p> <p>6/3 (1,6年)</p> <p>6/4 (2,5年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 

校医さんの紹介です

● 内科	横田 崇 先生
● 歯科	高木 洋一 先生
● 眼科	三井清次郎 先生
● 耳鼻科	増田 光家 先生
● 薬剤師	井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。



ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする

静かに過ごす

物を使うときは先生に声をかける





★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

<p>身体測定(視力検査・聴力検査)</p> <p>4/10 (3,4年)</p> <p>4/13 (5,6年)</p> <p>4/14 (1,2年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 	<p>尿検査</p> <p>5/20</p> <p>※朝、わすれずにとろう</p> <p>尿再検査</p> <p>6/2 (予備: 6/3)</p> <p>※再検査になった人は、後日お知らせ</p> 
<p>心電図検査(1年)</p> <p>4/20</p> <p>※体そう服をわすれずに</p>	<p>眼科健診</p> <p>5/21</p> <p>※前がみはピンでとめるか、みじかめに</p> <p>※下まぶたを下げる練習をしておこう</p> 
<p>耳鼻科健診</p> <p>5/14 (1,3,5年)</p> <p>※耳そうじをしておこう</p> 	<p>内科健診・運動器検診</p> <p>6/2 (3,4年)</p> <p>6/3 (1,6年)</p> <p>6/4 (2,5年)</p> <p>※体そう服をわすれずに</p> 

校医さんの紹介です

● 内科	横田 崇 先生
● 歯科	高木 洋一 先生
● 眼科	三井清次郎 先生
● 耳鼻科	増田 光家 先生
● 薬剤師	井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。

ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする

静かに過ごす

物を使うときは先生に声をかける



★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

身体測定(視力検査・聴力検査)

4/10 (3,4年)

4/13 (5,6年)

4/14 (1,2年)

※体そう服をわすれずに



尿検査

5/20

※朝、わすれずにとろう

尿再検査

6/2 (予備: 6/3)

※再検査になった人は、後日お知らせ



心電図検査(1年) 4/20

※体そう服をわすれずに

眼科健診 5/21

※前がみはピンでとめるか、みじかめに
※下まぶたを下げる練習をしておこう



耳鼻科健診

5/14 (1,3,5年)

※耳そうじをしておこう



内科健診・運動器検診

6/2 (3,4年)

6/3 (1,6年)

6/4 (2,5年)

※体そう服をわすれずに



歯科健診 5/19

※歯をみがいておこう



校医さんの紹介です

- 内科 横田 崇 先生
- 歯科 高木 洋一 先生
- 眼科 三井清次郎 先生
- 耳鼻科 増田 光家 先生
- 薬剤師 井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。

ほけんだより 4月



令和8年4月8日 灘小学校保健室 No.1

おうちのひとといっしょに読みましょう

4月のほけんもくひょう

「自分のからだを知ろう」

みなさん入学・進級おめでとうございます。新しい一年の始まりです。新しいクラスに新しい友だち、新しい先生などいろいろな「新しい」がたくさんある4月です。ワクワクやドキドキで気持ちがいっぱいな人もいるかもしれませんね。みなさんが健康で楽しい一年をすごせるように、

心と体を休める場所『ほけんしつ』で見守っていきたいと思います！



保健室で待っています！

体調が悪いとき

一時的な休養ができます



けがをしたとき

応急手当をします

悩みや困りごとがあるとき

話をきいて一緒に対応策を考えます



★保健室を利用するときは★



入るときはあいさつをする

静かにすごす

物を使うときは先生に声をかける



★保健室にくるときは、先生に伝えてからきてね。

★学年とクラスに名前、どんな用事できたかを教えてね。

健康診断がはじまります

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。きちんと受けられるように、しっかり準備をしましょう。

身体測定(視力検査・聴力検査)

4/10 (3,4年)

4/13 (5,6年)

4/14 (1,2年)

※体そう服をわすれずに



尿検査

5/20

※朝、わすれずにとろう

尿再検査

6/2 (予備: 6/3)

※再検査になった人は、後日お知らせ



心電図検査(1年) 4/20

※体そう服をわすれずに

眼科健診 5/21

※前がみはピンでとめるか、みじかめに
※下まぶたを下げる練習をしておこう



耳鼻科健診

5/14 (1,3,5年)

※耳そうじをしておこう



内科健診・運動器検診

6/2 (3,4年)

6/3 (1,6年)

6/4 (2,5年)

※体そう服をわすれずに



歯科健診 5/19

※歯をみがいておこう



校医さんの紹介です

- 内科 横田 崇 先生
- 歯科 高木 洋一 先生
- 眼科 三井清次郎 先生
- 耳鼻科 増田 光家 先生
- 薬剤師 井神 直樹 先生



養護教諭の兼光 貴子です。
よろしくお願ひします。