



令和7年4月11日  
京都市立養正小学校  
校長 浅井 和行  
養護教諭 渋谷 友香

ご入学、ご進級おめでとうございます。

18名の1年生をむかえ、全校児童124名で新年度がスタートしました。  
新しい教室、新しい先生、新しい友だちにドキドキワクワクしている人  
や、少しきんちょうしている人もいるかもしれません。春は、心や体のつか  
れが出やすい時でもあります。夜は早めにねて、体の調子を整えるように  
しましょう。

養護教諭（ほけんしつの先生）の  
渋谷 友香 です。



今年度もよろしくおねが  
いします。ほけんしつでは、  
みなさんが毎日をえがおで元気にすごせ  
るように、おうえんします！

4月のほけん目標

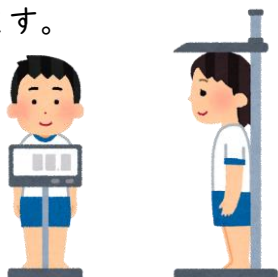
じぶん からだ ようす し  
自分の体の様子を知ろう

健康診断が始まります

学校では、4月から6月にかけて、健康診断を行います。なぜ、健康診断を行うのでしょうか？

成長の様子がわかります

身長と体重をはかり、どのくら  
い体が成長しているのかを知ること  
ができます。



体に病気がないかを調べます

くわしい検査をしたり、病院で治し  
たりする必要があるかどうかかわかり  
ます。



自分の体のことを考える  
きっかけになります

健康診断を受けて体のことを知り  
「これからも元気にすごすためには？」  
をいっしょに考えていきましょう。



これまではなんとなく健康診断を受けていた人も、大切な自分の体の様子を知り、「健康にすごすためには？」を考  
えるきっかけとして、健康診断を受けるようにしましょう。

ほけんしつのやくそく

けがをした時、体の調子がわるい時、なやみやこまっていることがある時は、ほけんしつへ来てください。ほけんしつ  
では、みなさんに守ってほしいやくそくが5つあります。

① 行く前に先生につたえましょう。

② 入るとき、出るときはあいさつをしましょう。

③ 自分でできる手当てをしてから  
来ましょう。

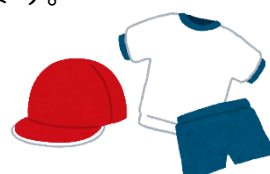


すな  
砂がついてい  
るときは、洗い  
ながしてから。

④ ほけんしつにあるものを勝手にさわりません。

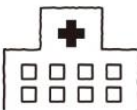
⑤ かりたものは、使い終わったら返しましょう。

- ★しつれいします。
- ★〇年〇〇（なまえ）です。
- ★〇〇（りゅう）で来ました。
- ★ありがとうございました。
- ★しつれいしました。



保護者の皆様

今年度もお世話になります養護教諭の <sup>しづたに</sup> 渋谷 <sup>ゆか</sup> 友香 と申します。どうぞよろしくお願いいたします。  
ほけんだよりでは、学校保健活動の様子や健康に関する情報についてお知らせします。また、お子さまの健康について何か  
気になること等ございましたら、いつでもご相談ください。




学校医の先生を紹介します

 内科	はやの <sup>たかし</sup> 早野 尚志 先生
 歯科	おおくぼ <sup>まなぶ</sup> 大久保 学 先生
 耳鼻科	いのうえ <sup>りさ</sup> 井上 莉沙 先生
 眼科	すみだ <sup>あき</sup> 隅田 亜希 先生
 薬剤師	おか <sup>ゆりこ</sup> 岡 由里子 先生

「いってらっしゃい」の前に

お子さんの健康観察をお願いします。

☐ 熱はありませんか？  
☐ 顔色は悪くないですか？  
☐ 食欲はありますか？  
☐ いつもと違うところはありませんか？



※気になる点があれば、小さなことでもお知らせください。

健康診断の予定 ※変更になる場合があります。詳しくは、学級通信でご確認ください。

- 【4月】16～18日 身体計測（全学年）  
23～25日 視力検査（全学年）  
28、30日 聴力検査（えのき、1・2・3・5年）

【5月】13～14日 検尿（全学年）  
15日 眼科検診（全学年）  
19日 心電図検査（1年）  
20日 耳鼻科検診（全学年）  
29日 内科検診（えのき、4・5・6年）
- 【6月】12日 内科検診（1・2・3年）  
13日 歯科検診（1・2・3年）  
18日 二次検尿（対象者のみ）  
20日 歯科検診（えのき、4・5・6年）

学校で行う健康診断は、スクリーニング検査です。集団の中から、いち早く病気の疑いのある人を発見することを目的としています。確定診断ではありませんので、受診していただいたところ「異常なし」と診断されることもあります。その点、ご理解いただきますようお願いいたします。

相談事業のお知らせ

相談を希望される場合は、保健室（渋谷）までお申し出ください。

事業内容	日時	所在地
①心臓疾患相談事業	毎月（適宜）第3木曜日 13:30～16:00 [時間指定]	一般財団法人 京都工場保健会 中京区西ノ京北壱井町67番地 （市バス「太子道」下車）
②心臓疾患相談事業 （水中心電図）	【一時中断中】 ※ 申込み希望される場合は、事前に 体育健康教育室まで連絡ください。	京都市障害者スポーツセンター 左京区高野玉岡町5 （市バス「高野橋東詰」下車）
③腎臓疾患相談事業	毎月（適宜）火曜日 13:30～15:30	児童・生徒保健管理センター [こどもみらい館内（地下鉄丸太町駅下車）]
④アレルギー疾患 相談事業	毎月（適宜）火曜日 14:00～16:00 [時間指定]	同上
⑤色覚相談事業	毎月（適宜）火曜日 13:30～16:00 [時間指定]	同上
⑥子どものワンポイント 相談事業	毎月（適宜）第4木曜日 14:00～16:00 [時間指定]	同上

学校でケガをしたときは  
**災害共済給付制度**  
を利用できます



給付対象は健康保険適用となる診療の医療費総点数が500点以上  
〔医療費の点数は、医療機関等から発行される領収書等でご確認ください。〕 の場合となります。