

ほけんだより



令和7年 4月 15日
京都市立松尾小学校
校長 伊藤幸範 No. 1

みなさん、ご入学・ご進級おめでとうございます。

保健室の先生は、今年度も村上麻耶子と平井みどりの二人です。よろしくお願ひします。一年間大きくな
がや病気がないよう毎日健康に過ごしましょうね。さて、さっそく昨日から健康診断がはじまっています。
健康診断ではどのようなことを調べるのか、いっしょに確認してみましょう。

4月の保健目標

じぶん 自分のからだのようすを知ろう



○●内科検診○●

心臓・肺・気管支の音をきいて、異常がないか調べ
ます。皮膚や骨、栄養状態にも問題がないか調べま
す。校医さんは聴診器でかすかな音をきいています
ので、静かにしましょう。

○●心電図検診 (1年生のみ) ○●

心臓に異常がないか調べます。胸や手足に器具を
つけますが痛みはありません。



○●歯科検診○●

むし歯のほかにも、歯周病はないか、かみ合わせ
やあごの状態に問題がないか調べます。歯科検診の
日はしっかり歯みがきをしてから登校しましょう。



○●眼科検診○●

目の病気がないか調べます。



○●耳鼻科検診○●

耳・鼻・のどの病気がないか調べます。
耳鼻科検診までに耳のそうじをしておきま
しょう。



学校医の先生を紹介します

がっこうい	いわせ	ともゆき
学校医	岩瀬	知行 先生
し か い	し な た に	さ と し
歯科医	新谷	せんせい
がんかい	こ う の	あ け み
眼科医	河野	せんせい
じ び か い	じ し い し	し ゅ う ご
耳鼻科医	白石	修悟 先生
やくざいし	て ら お	せんせい
薬剤師	寺尾	有加 先生

★このほかに、身体計測や視力、聴力(1~3・5年のみ)、検尿があります。検診内容にあった髪型や持ち物に
気を付けてくださいね。特に、視力測定では、眼をかくすためのハンカチをわすれないようにしましょう。

☆保健室ってどんなところ?☆



保健室は南校舎の1階にあります。

- ・学校でけがをしたときに応急手当をします。(おうちや習い事でのけがは、みられません)
- ・体調が悪い時は必要であれば休めます。(熱があるときは、おうちの方に迎えにきてもらいます)
- ・健康診断をして、体の成長や病気がないかを調べます。
- ・困ったことや、悩みごとなどの相談にのります。

☆保健室を使うときの約束☆

- ・担任の先生に言ってから来るようにしましょう。(できるだけ、休み時間に来るようにしましょう。)
- ・「どこが」「どんな様子なのか」をきちんと言えるようにしましょう。
- ・傷口がすななどで汚れているときは水で洗ってから来ましょう。
- ・具合が悪くてベッドで休んでいる人もいるので静かにしましょう。
- ・保健室から借りたものは必ず返しましょう。



☆毎日できていますか？登校前にこれだけは！☆

1. 7時までには起きましょう・・・脳が目覚めるのに2時間かかります。おそらく7時には起きましょう。
2. 朝ごはんを食べましょう・・・朝ごはんを食べないと脳に栄養がまわらず、午前中ぼ～っとしてしまうことになります。朝から集中するためにも朝ごはんはきちんと食べましょう。
3. 歯みがきをしましょう・・・ご飯を食べたあとは歯みがきをしましょう。
4. トイレに行きましょう・・・毎朝必ずトイレにいきましょう。排便があるとお腹の調子がよくなり、体全体が活発に動くようになります。
5. ハンカチをポケットに入れましょう・・・毎日きれいなハンカチを持ち歩く習慣をつけましょう。

保護者の方へ

お子さまのご入学、ご進級おめでとうございます。保健室では、保護者の皆様と協力しながら子どもたちが健康な学校生活を送れるよう見守っていきたいと思います。ご家庭においても、お子さまの健康を守るため、以下についてご協力をお願い申し上げます。

○保護者による毎朝の健康観察

○手洗いの徹底と規則正しい生活

○必要に応じたマスクの着用(咳やくしゃみがよく出る、給食当番の時など)

○毎日、ハンカチの持参

○不調時の早めの休養(風邪症状や微熱がある場合はご自宅にて休養をお願いいたします)

<その他のお知らせ>

★健康診断について・・・学校で行う健康診断は、疑いのあるものを選び出すスクリーニング検査です。医療機関で行う健康診断や診断とは異なりますので、趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。また、健康診断の結果から受診の必要があるお子さんにはお知らせをお渡します。歯科健診に関してのみ、受診の必要のない児童にもお知らせのプリントをお渡しますので、よくお読みいただきますようお願いいたします。

★フッ化物洗口・・・16日(水)より毎週行います(1年のみ、初回は水で練習を行い 23日から実施)。今年度から貸出用コップはありません。わすれた場合はフッ化物洗口ができませんので、ご了承ください。また、入学時にご提出いただいた実施希望から、変更される場合は担任へご連絡ください。

提出締切：4月15日(火)

記入・サイン漏れにご注意ください。

保健関係書類 記入・点検のお願い

① 保健調査票 ★表紙にサイン

特に緊急連絡先、電話番号、健康保険証の種類について変更等がありましたら、必ずご記入ください。見開いた右下「その他」欄には、月経随伴症状、シックハウス症候群、化学物質過敏症、香害などについても、症状があればご記入ください。

② 感染症の予防接種・既往歴調査票 ★表面右上にサイン

③ 結核定期健康診断 問診票

④ 四肢の問診票 (内科健診時、四肢(腕や脚)の状態・発達と運動器の機能の状態を検査するための調査。)

⑤ 心臓病調査票・検診カード (1年生のみ。記入については1年のみ配布の別紙をご参照ください。)

※収集した個人情報につきましては、京都市個人情報保護条例に基づき、適切に管理します。マル秘扱いですが、記入できない、またはしにくく事項がありましたら、直接ご連絡ください。