

# ほけんだより 4月

令和8年4月8日  
東広島市立乃美尾小学校  
保健室

## 健康診断がはじまります

けんしんめい 健診名	にっぺい 日程	じっしがつくねん 実施学年
しんたいそくてい しりよくけんさ 身体測定・視力検査	がつこのか もく 4月9日(木) がつとおか きん 4月10日(金)	せんがくねん 全学年
ちようりよくけんさ 聴力検査	がつ にち か 4月14日(火)	1・2・3・5年
にようけんさ 尿検査	がつ にち すい 4月15日(水) がつ にち もく よびび 4月16日(木) 予備日 ※必ず9時までに提出	せんがくねん 全学年
ないかけんしん 内科検診	がつ にち げつ 4月20日(月)	せんがくねん 全学年
しんでんすけんさ 心電図検査	がつ にち げつ 4月27日(月)	ねん 1年
しかけんしん 歯科検診	がつ にち げつ 5月18日(月)	せんがくねん 全学年
がんかけんしん 眼科検診	がつよっか もく 6月4日(木) (希望者は10月頃に色覚検査を実施します)	ねん 1年
じびかけんしん 耳鼻科検診	がつ にち もく 6月25日(木)	1・3年

しんねんど  
新年度がスタートしました！  
にゆうがく しんきゅう  
入学・進級おめでとうございます！  
あたが せんせい ととも きょうしつ がつ  
新しい学年、先生、お友だち、教室。4月は「はじめて」がたくさんでわくわく  
ですが、つか かん  
心と疲れを感じることもあるかもしれません。そんなときはときときしんこきゅう  
時々深呼吸をして、きもち ととの  
気持ちを整えましょうね。

このほけんだよりでは、みなさんの心とからだげんき  
こころ からだげんき  
このほけんだよりでは、みなさんの心とからだげんき  
す ばなし つか おも  
過ごせるようなお話をお伝えしていこうと思います！



### ほけんしつ 保健室ってどんなところ？



ほけんしつ き  
保健室と聞くと、どんなイメージがありますか？「けがをしたときに行く場所」というイメージ  
つよ  
強いかもしれません。しかし実は他にも色々な役割があります。

たいちよう てあ やす ばしよ  
〇けがや体調がわるいときに手当をしたり、休んだりする場所  
やす じかん たいいく じかん  
休み時間や体育の時間にけがをしたり、授業中、体調がわるくなった時にお休み  
でき  
することが出来ます。



からだ せいちよう  
〇体の成長をチェックするところ  
しんたいそくてい けんこうしんだん  
身体測定や健康診断を行います。身長・体重が知りたいときは、休けい時間にいつ  
きゅう じかん  
でも来てくださいね。



こころ げんき  
〇心の元気をチャージするところ  
げんき て いや  
「なんだか元気がでないな」「嫌なことがあって・・・」という時、悩み事を聞いて  
とき なや ごと き  
もらったり、静かに過ごしたりすることで、すこ げんき て  
少しずつ元気が出るかもしれません。

よろしく  
＼ お願いします！ /  
ようきょうゆ ほけんしつ せんせい にのみやり こ  
養護教諭（保健室の先生）の二野宮理子です。  
いつでもこえ  
いつでも声をかけてくださいね！



### 保護者の方へ

いよいよ新学期が始まりました。保健室では、お子さんが健康で安全な学校生活を送れるよう、担任やご家庭と連携しながら見守っていきたくと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

また、13日(月)提出締め切りの保健関係書類が多くあります。お子さんの健康診断に係る重要な書類ですので、期限を守っての提出にご協力をお願いします。