



令和8年4月9日
東広島市立西小学校

ご入学・進級 おめでとうございます。新しいクラスや先生との出会いは、ドキドキ・ワクワクしますね。新しい生活は、楽しいことが沢山ありますが、気づかないうちに疲れが溜まりやすいです。規則正しい生活やバランスの良い食事を意識して、元気に新学期を過ごしましょう。

4月から6月にかけて、健康診断を行います。自分の体の様子を知る大切な機会です。しっかり受けましょう。

保健室ってどんなところ？

みなさんの健康を多面的にサポートする場所です。

病気の一時休養
体調が悪いときに少しだけ休むことができます。回復しないときはお迎えをお願いしておうちに帰ることもあります。

ケガの手当て
一時的なケガの手当てを行います。ガーゼを換えるなど何度も手当てが必要な場合は、おうちや医療機関で行いましょう。

体の相談
みなさんの健康を多面的にサポートする場所です。

健康を守るのは自分だけ

その場の処置だけではなく、健康に過ごす力を育む場所でもあります。健康を守る方法を一緒に考えてみましょう。

- いつから？**
体調不良やケガはいつ、どんなところで起こりましたか？ どのくらい続いていますか？
 - どうしてそうなった？**
そうなった理由はなにか思いつきますか？ 最近の生活習慣や、不調が出たシチュエーションなどはどうでしたか？
 - どうすればよりよくなる？**
みなさんにならないためにどうしていけば良いかを一緒に考えましょう。受診が必要な場合、生活の仕方を変えたほうが良い場合など、ケースバイケースです。
- 病気やケガなどのときは、この3つを自分に問いかけてみてくださいね

これは学校のどこにある？

いざという時のために、今のうちに場所を知っておいてほしいものがあります。校舎の探検がてら探してみてください。

<p>AED</p> <p>誰かが心臓停止状態になったときの命を救う鍵。</p> <p>どこに置いてある？</p>		<p>担架・車椅子</p> <p>保健室外で動けなくなった人を運ぶときに使います。</p> <p>どこに置いてある？</p>	
--	--	---	--

保健室のルール

保健室も教室の1つです。ルールを守って正しい使い方をしましょう。
保健室を利用した日は、必ずおうちの人に報告しましょう。



保健室に入るとき・出る時は挨拶をします。
自分のクラスと名前も言いましょ。



保健室の物を勝手に触ったり使ったりしません。
借りたものは必ず当日中に返却してください。



保健室では原則、その日に学校でした怪我のみ処置します。家庭での怪我や、継続した処置はできません。



保健室は、しんどい人が休む場所です。配慮の心をもち、大きな声で話したり笑ったりしないようにしましょう。

074411
西小の保健室は1-9 西小 西小5-5 西小
西小 西小 西小 西小 西小 西小



4月9日(木)	4・6年生 体位測定、3年生 聴力検査
4月10日(金)	2年生 体位測定・聴力検査
4月13日(月)	3・5年生 体位測定
4月14日(火)	1年生 体位測定・聴力検査
4月15日(水)	1・3年生 耳鼻科検診
4月16日(木)	1年生 眼科健診
4月17日(金)	5年生 聴力検査、ひまわり 体位測定
4月23日(木)	1年生、ひまわり 歯科検診

- ・体位測定の日、**体操服**で来ましょう。**眼鏡**を持っている人は持って来ましょう
- ・保健関係書類の提出 期日は**4/13(月)**です。
- ・検診を円滑に行うために、期日内の提出、記入漏れのないようご協力をお願いします。

保健関係書類一覧 (提出期日 4/13)

1年生	・結核問診票・心臓検診問診票・耳鼻科検診問診票・運動器検診票 (A3)
2年生	・結核問診票・保健調査票・運動器検診票 (A4)
3年生	・結核問診票・保健調査票・耳鼻科検診問診票・運動器検診票 (A4)
4年生	・結核問診票・保健調査票・運動器検診票 (A4)
5年生	・結核問診票・保健調査票・運動器検診票 (A3)
6年生	・結核問診票・保健調査票・運動器検診票 (A4)

健康診断

3つの約束

みんなが
気持ちよく検査できるように
必ず守りましょう

あいさつをする

学校の先生はみんなの体が元気なのか調べてくれます。みてもらう前と終わった後にはきちんとあいさつをしましょう。



・身長や体重、成長のスピードは人それぞれです。成長が早い人も、ゆっくりな人もいます。人は、それぞれのペースで成長しています。人と結果を比べる必要はありません。また、結果を知って自分が嬉しい気持ちになっても、皆がそうであるとは限りません。周りの人への配慮の心ももちましよう。勝手に人の結果を見たり、からかったりすることは、絶対にしてはいけません。

体の情報はひみつにする

体や健康の様子は大事な個人情報です。友だちの結果を勝手に見たり、話したりしないようにしましょう。



静かに待つ

周りがうるさいと、先生が体の音を聞き取れなかったり、友だちが耳の検査で困ったりして、検診ができません。



災害共済給付金制度について

入学時全員に、日本スポーツ振興センターへの加入をお願いしています。学校管理下(放課後を除く)でのけがで病院を受診した場合、申請手続きを行うと治療費等が給付されます。(給付まで3か月程度かかります)診察費、調剤費で500点以上(1500円以上)が対象となります。掛け金は460円で、4月に集金にします。

書類が必要な場合やご不明点があれば、養護教諭までお知らせください。

欠席連絡について

病院を受診し、感染症と診断された場合には、学校への連絡をお願いします。感染拡大防止のため、ご協力をお願いいたします。