



町田市立小山中央小学校
No.1 2024. 4. 8 保健室



～入学・進級おめでとうございます～



新生活が始まる4月はワクワク&ドキドキの毎日ですね。不安なこともあるかもしれませんが、ゆっくりしっかり一歩ずつ新生活に慣れていきましょう。毎日元気に学校生活を送れるよう、「早寝・早起き・朝ごはん」を基本に、体調管理に気を付けましょう！



健康しんだんがはじまります！～自分の身体の様子を知ろう～

健康しんだんの目的は、おもに3つあります。『①からだの成長をみる』『②病気を早くみつける』『③自分のからだのようすを知り、生活につなげる』ことです。1年に1度の貴重な機会ですので、自分の身体の様子を知り、生活習慣を見直していきましょう！

- 身体計測…身長・体重をはかる ● 視力・聴力…目の見え方や音の聞こえ方を検査する
- 内科…背骨が曲がっていないか、心ぞうの音、呼吸や皮ふの様子、栄養状態をみる
- 眼科…目の病気がないかをみる ● 耳鼻科…耳・鼻・のどに病気がないかをみる
- 歯科…歯や歯ぐきに汚れがないか、歯ならび・かみ合わせの様子をみる
- 心電図検査…心ぞうに病気がないか機械をつけて検査をする
- けっかく検査…「けっかく」という病気がかかってないか問診票で検査をする
- じんぞう検診…「じんぞう」に病気がないか尿をとって検査をする



～健康しんだんでのマナーとルール～

【うけるまえ】

- ・自分の学年・クラスのけんしん日をかくにんしましょう
- ・耳そうじや朝の歯みがきを忘れずにおこないましょう

【うけるとき】

- ・健康しんだん中は、しずかに順番を待ちましょう
- ・前の人とは間をあけてならびましょう

【うけたあと】

- ・健康しんだんの結果、病院の受しんが必要ならば、早めにお医者さんにみてもらい、生活を見直してみよう。



がっこうい せんせいがた 学校医の先生方

こんねんど せわ がっこうい せんせいがた しょうかい
今年度、お世話になる学校医の先生方をご紹介します。

内科

耳鼻科

眼科

歯科

薬剤師

こちらの内容は配布したお便りでご確認ください。



～ごあいさつ～

こんねんど ようごきょうゆうふたりたいせい みな げんき がっこうせいかつ おく
今年度も養護教諭二人体制で、皆さんが元気に学校生活を送れるよう、
しんしん
心身のサポートをさせていただきます。

こちらの内容は配布したお便りでご確認ください

はじめまして！みなさんにお会いできる日を楽しみにしていました。
おやまちゅうおうしょう おし いちねんかんげんき す
小山中央小のたくさん教えてくださいね。一年間元気いっぱい過
ごしましょう！

こちらの内容は配布したお便りでご確認ください

これから皆さんと過ごせることが楽しみです。ぜひ気軽に話しかけて、
いろいろ はなし き いっしょ まいにちげんき す
色々なお話を聞かせてください。一緒に毎日元気に過ごしましょう！



～保護者のみなさまへ～

保健関係書類のご提出にご協力いただきありがとうございます。入学式・始業式後を提出
期限とさせていただいている書類もありますので、よろしく願いいたします。

順次、計測や定期健康診断を実施します。

tetoruに『2024年度 定期健康診断のお知らせ』を配信いたしますので、各日程や保
護者の方へのお願いを必ずご確認ください。

ご協力よろしくお願いいたします。