



令和4年4月  
青梅市立第五小学校保健室

入学、進級おめでとうございます。春休み中は元気に過ごせたでしょうか。  
4月からの新しい生活に慣れず、疲れてしまうことがあるかもしれません。朝ごはんをしっかり食べて、規則正しい生活を送り、新学期を元気に過ごしましょう。  
今年度も保健室から「ほけんだより」を通して、健康についてお知らせしていきます。よろしくお願ひいたします。

4月ほけんもくひょう

健康診断を正しく受けよう

手洗い・うがいをしっかりしよう

### 4月の健康診断日程

日程	項目	対象学年
4月8日(金)	身体計測	全学年
	視力検査	2～6年生
4月12日(火)	眼科健診	全学年
4月13日(水)	視力検査	1年生
4月15日(金)	内科健診	5・6年生
4月20日(水)	聴力検査	1・3年生
4月22日(金)	内科健診	3・4年生
4月26日(火)	聴力検査	2・5年生

### 保護者の方へ

- 新年度にあたり、下記の書類を提出してください。
- ① 保健調査票（裏面にアレルギー調査票）
  - ② 結核健診問診票（3～6年生は4月、1・2年生は5月に配布）
  - ③ 心臓検診問診票（1年生のみ）
- ※引き続き、感染症対策として、休日も含めた毎朝の健康観察、検温など、ご協力をよろしくお願ひします。



### 1. どれくらい成長したかな？

去年の自分とどれくらい違うかを確かめることも大切な目的です。



### 2. 病気の疑いは？

学校生活を送るうえで注意することがないかを調べます。



### 3. 自分の体は？

今の自分の体の状態を知って、日々の生活に生かしていきましょう。



### 健康診断の注意事項

- 健康診断では、以下のことに気を付けましょう。
- ・健康診断で順番を待っている間は、静かに待つ。
  - ・お医者さんの前に立った時に、自分の名前を言う。
  - ・身長計に当たらないよう、頭の下の方で髪を結ぶ。
  - ・眼鏡を持っている人は、視力検査の時に持っていく。
  - ・歯科健診の日は、朝食後に歯みがきをする。
- ※歯科健診は5・6月に実施します。

お世話になる。

**内科** 梅郷診療所 江本先生

**歯科** 梅郷歯科クリニック 奥秋先生

**薬剤師** 青梅薬剤センター薬局 佐藤先生

学校医の先生です

### 保健室を利用するのは

- ✿ けがをしたとき
- ✿ 具合が悪いとき
- ✿ なやみがあるとき
- ✿ 体や健康について知りたいとき



先生に知らせてから来てください。