

ほけんだより

令和7年4月7日

八王子市立第四小学校
校長 石倉 富男
保健室 塚本 聡美

いよいよ、新学期がスタートしました。わくわく、ドキドキはみんな同じです。“♡”大きなけがや病気がないよう、元氣よく楽しく学校生活をすごしていきましょう！



- ・けがをしたとき
- ・きもちがわるいとき
- ・おなかがいたいとき
- ・あたまがいたいとき
- ・体や心、学校のことで話をきいてもらいたいとき
- ・体や健康について、知りたいことがあるとき



1. 担任の先生に ことわってから来てください。
2. 具合の悪い人が優先です。静かにしましょう。
3. 薬などは さわらないようにしましょう。
4. 手当てした時、休んだ時は、帰ってから おうちの人に伝えましょう。

おうちの方へ

新年度は、環境がかわるので、からだの調子をくずすことがあります。
登校前の健康チェックをお願ひします。
迷った時は、体温計で熱をはかてください。

けんこうかんさつチェック表

すっきり目が覚めましたか？ 	食欲はありますか？
顔色はいいですか？ 	下痢や便秘はしていませんか？
からだは、だるくないですか？ 	調子が悪いな、と思ったら、熱をはかってみましょう

保健室の塚本聡美です。

子どもたちが元氣で楽しく安全に学校生活を送ることができるようサポートしていきます。

どうぞ、よろしくお願ひします。

ごはんのおともで、女子きなのは、お弁当じゃけんたいこ・すじこです。



定期健康診断の日程

月	日	曜日	健康診断	学年
4	10	木	身長・体重計測	2～6年
	11	金	視力検査	5・6年
	14	月	視力検査	3・4年
	15	火	視力検査	1・2年
	16	水	身長・体重計測	1年
	17	木	内科健診	5・6年
	21	月	聴力検査	3・5年
	22	火	聴力検査	1・2年
	23	水	尿検査提出	全学年
	24	木	眼科健診	全学年
5	8	木	心臓病検診	1年
	12	月	内科健診	3・4年
	15	木	内科健診	1・2年
	22	木	耳鼻科健診	全学年
	29	木	歯科健診	1・2・3年
6	5	木	歯科健診	4・5・6年

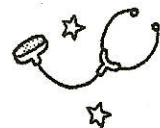
- もくてき
目的は？
- じぶん からだ し
①自分の体を知る
- びょうき そうき ほけん
②病気の早期発見
- けんこう いしき
③健康を意識する

じぶん からだ かんしん
自分の体に
関心をもち、健康に
すごしましょう！



せ わ がっこう い せんせい
お世話になる学校医の先生です

内科	末松隆子	京王八王子クリニック
歯科	緒方りか	八王子旭町デンタルクリニック
眼科	山口信幸	山口眼科クリニック
耳鼻科	大島清史	大島耳鼻咽喉科気管食道科クリニック
薬剤師	佐藤 仁	



つか かた
ほけんしつ の 使い方 クイズ ♡

Q ほけんしつ 保健室にようこそど!

めいろにはほけんしつ つか かた 保健室の使い方のアドバイスが書かれています。文字をたどって、読んでみましょう。

スタート

ほ け ん の は な し は ま じ め
け ん し つ に く る と き は に
ん こ ど は の ん に ん た き
の ? い ち か せ ん せ い に い
せ ん せ ら も ち か も こ て
ん す ま き ら か て っ わ と ね
せ 。 て あ て を う け る 。
い う ち で の な る こ と に し
び ゆ ほ か の ひ と の か ま
じ ? う な に く わ い め ず し
ん ん じ ら な い よ う に し よ
で や さ し い で し ょ う ? う

ゴール