



令和6年4月5日  
中央小学校 保健室

**ほけんもくひょう**  
**今月の保健目標**  
けんこうしんだん ただ う  
健康診断を正しく受けよう

ちゅうおうしょうがっこう にゅうがく しんきゅう  
中央小学校のみなさん。入学・進級おめでとうございます。  
これから始まる日々を充実させるためには、①自分の体と心を愛情を持って育てること、  
②自分と周りの人を思いやることが大切です。一緒に体と心について勉強していきましょう。

**健康診断が始まります**

※都合により、変更になる場合もあります。

日にち	検査	学年・クラス
4/11 (木)	身体測定 (身長・体重・視力・聴力・運動器検査)	ぜんがくねん 全学年
4/12 (金)	視力検査	ねんせい 1年生
4/22 (月)	視力検査 再検査①	A から低下した人
4/23 (火)	尿検査一次①	ぜんがくねん 全学年 (管理中を除く)
4/24 (水)	聴力検査 再検査 視力検査 再検査①	身体測定で聞こえにくかった人 A から B に低下した人
5/1 (水)	内科検診	1-1、1-2、1-3 5-1、5-2
5/2 (木)	歯科検診	ねんせい 1年生、2-1、5-3
5/8 (水)	尿検査一次②	4/23 (火) 未提出の人

- 続きの健康診断については、ほけんだより 5月号でお知らせします。
- 健康診断の結果、異常の疑いがある場合のみ、「お知らせの手紙」を配ります。  
異常がない人には、7月に「健康の記録」で、健康診断の結果をお知らせします。

**ほけんしつ 保健室って どんなところ？**

けがの  
おうきゅうてあて  
応急手当  
をする

たいちょう  
体調が  
わる  
悪いとき  
やす  
に休む

からだ ころも  
体や心を  
まな  
学ぶ

そうだん  
相談をする

**「そうだんばこ」**  
ほけんしつまえ  
保健室前にあります。  
そうだん  
相談を「そうだんレタ  
ー」に書いて、ポストに  
いれてください。  
\*必ず名前を書くこと  
\*1日1回、相談担当の  
せんせい  
先生が確認します。  
ひみつ まも  
\*秘密は守ります。

- 保 健 室 の ルール**
- 行く前に先生に伝える
  - 傷口の汚れを、水道水で  
きれいに洗ってから行く
  - けがをさせてしまった人は  
一緒に行く
  - 入る時、出る時は、あいさつ  
をする
  - 保健室内や、周りでは静かに  
歩く

けんこうしんだん せ わ せんせい  
●健康診断でお世話になる先生

ないか  
内科

だいら 晃一 先生 (木村内科)

うめおか 梅岡 誠 先生 (誠クリニック)

あおやぎ 青柳 正彦 先生 (めいわこどもクリニック)

たかぎ 高木 一也 先生 (めいわクリニック)

がんか  
眼科

しば 智恵子 先生 (柴眼科医院)

しびか  
耳鼻科

しまだ 島田 健一 先生 (島田耳鼻咽喉科)

しか  
歯科

なるかわ 成川 元章 先生 (なるかわ歯科医院)

さとう 佐藤 和人 先生 (佐藤歯科医院)

おがわ 小川 和男 先生 (愛恵歯科医院)

こんどう 近藤 功 先生 (近藤歯科医院)

やくざいし  
薬剤師

うめだ 梅田 礼子 先生



けんこうしんだん なに しら  
健康診断って 何を調べるの？

○には、健康診断で調べる、体の名前が、ひらがなで入ります。さて、何が入るでしょうか？

○に入る言葉と、受け方クイズの答えは、保健室前の掲示を探してみましょう♪



みみ かな びょうき  
耳や鼻の病気はないか  
調べます。

うーかた  
受け方クイズ 1 ○ X

みみ なか  
耳の中が  
見えやすいように、  
前日に耳そうじしておく。



み 見えにくい  
しら 調べます。

め びょうき しろ  
目の病気がないか調べます。目の動きに問題がないかも確認します。

うーかた  
受け方クイズ 2 ○ X

め うご  
目の動きを見たいので、  
検査中は目をぐるぐる  
回しておく。



き 聞こえにくい  
しら 調べます。



しんぞう におと かくにん  
心臓などの音を確認します。また、えいようじょうたい  
皮膚に問題がないかも調べます。

うーかた  
受け方クイズ 4 ○ X

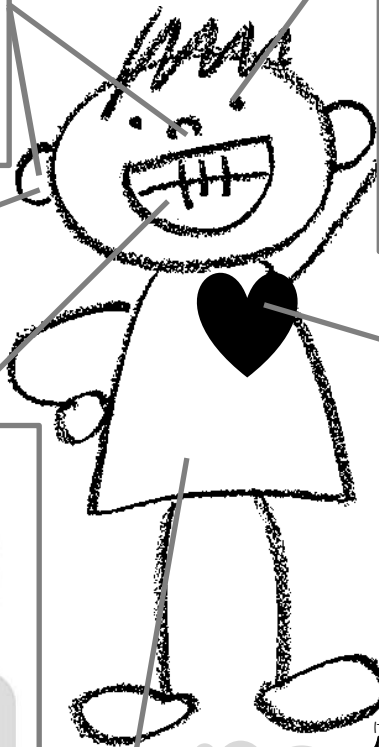
ちようしん き つか おと  
聴診器を使えば首は  
はっきり聞こえるので、  
まっている間は話していてもいい。



ば しにくえん かくにん はなら  
むし歯や歯肉炎がないか確認します。歯並びや  
あごの状態、かみ合わせに問題がないかも調べ  
ます。

うーかた  
受け方クイズ 3 ○ X

くち なか じょうたい  
いつもの口の中の状態を  
知るため、歯みがきをしないで受ける。



だいじ からだ やくぞく  
～大事な体の約束～

けんこうしんだん しろ ばしょ いのち かんけい  
健康診断で調べる場所は、命に関係するから、とっても大事。

したぎ  
下着でかくれる、むね・おしり・おちんちん・  
おまたも、命に関係する「プライベートゾーン」  
と言って、とっても大事。

かって さわ み  
勝手に触ったり見たりは×です。  
ひと さわ み  
人に触らせたり見せるのも×です。  
じぶん たいせつ からだ  
自分だけの大切な体です。



とうりょうびょう じんぞう びょう  
おしっこに糖尿病や腎臓の病  
気のサインが隠れていないか  
しら 調べます。

うーかた  
受け方クイズ 5 ○ X

あさいちばん  
朝一番の  
おしっこをとる。



う かた こた  
<受け方クイズの答え>

① ○

ほか かみ なが ひと みみ  
他にも、髪が長い人は耳にか  
けるなどして、耳が出るよう  
にしましょう。

② ✕

いしや しじ あ  
お医者さんの指示に合わせて、  
め うご  
目を動かしましょう。

③ ✕

は はぐき じょうたい  
歯や歯茎の状態がわかりにく  
くなるので必ず歯みがきをし  
ておきましょう。

④ ✕

しんぞう おと ちょうしんき つか  
心臓などの音は聴診器を使っ  
ても小さいので、静かに待つ  
ていましょう。

⑤ ○

あさいちばん しょくじ うんどう  
朝一番でないと、食事や運動  
えいきょう ただ けつ か で  
の影響で、正しい結果が出な  
いことがあります。