

えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみなさんへ No.2 2026.4.10

おうちのと
いしはにまほしう!

4月の保健目標は「自分の体を知ろう」!

4月から6月にかけて、健康診断を実施します。

健康診断は、成長して変化していく自分を知るチャンスです。自分の

健康を守るためにも、知ることは大切です。

生活リズムは「早寝早起き・朝ごはん・朝うんち」 とのえよう!

毎日楽しく、元気に過ごすために、生活リズムをととのえて、規則正しい

生活をおくることが大切です。そのことを、わかりやすくしたのが「早寝早起き・

朝ごはん・朝うんち」です。

★ 朝は早目に起きると、朝ごはんを食べることにつながります。

★ 朝ごはんを食べると、朝うんちにつながります。

★ 夜早く寝ること朝早く起きることにつながります。朝早く起きることが

夜早く寝ることにつながります。

自分で自分の元気を守るために行動しましょう!

「朝ごはん」を食べて、「朝うんち」を
「朝うんち」など、おしえてください。ね。

学校医・学校薬剤師の先生を紹介します

* 内科 及川茂輝 先生 (湘南台あかつちせんどもクリニック)

* 歯科 関原 敬 先生 (関原歯科クリニック)

* 眼科 今村 周 先生 (湘南こしまみ眼科)

* 耳鼻科 三浦正寛 先生 (藤沢みうら耳鼻咽喉科)

* 薬剤師 井上 恵 先生 (リーフ薬局)

昨年度もお世話になった先生方です。健康診断や学校環境衛生検査

の時などに学校に来てくださいます。

保健室に来たらおしえてください!

保健室は、具合が悪いとき・ケガをしたとき・困ったときに使う教室です。

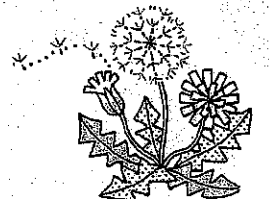
入り口で声をかけてください。

ケガの人は保健室前で待たせします。保健室の中は、具合が悪い人が
様子をみるために休んだり、着がえなどが必要な人が使ったりするスペースに

なっています。

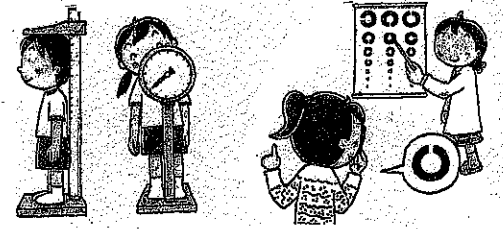
1~6年生全員が使うので、みんなが気持ちよく使えるようにしましょう。

今年も、せついで手あらい・息を閉じて換気・こまめな水分補給をしていきましょう!!



保健だより

藤沢市立御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.2 2026.4.10



定期健康診断の実施項目について

毎年、実施している健康診断ですが、項目によって対象学年が違います。

もし、欠席等で受けられなかった場合は、学校で養護教諭が対応できる項目については別日に実施をしています。(検査業者や学校医が実施する項目については、別日の設定ができませんので、ご了承ください。)

また、2・4・6年生対象の耳鼻科検診ですが、今年度は6/25(木)に予定しています。水泳学習開始後になるかと思えます。耳や鼻の具合が悪かったり、水泳実施に不安があったりする場合、受診されることをお勧めします。

定期健康診断について

学校では、4～6月にかけて、法令で定められている健康診断を行います。
検診項目については、以下の通りです。

- *心臓検診 = 1年生および1年生で受検できなかった児童
- *尿検査 = 全学年
- *内科検診 = 全学年
- *歯科検診 = 全学年
- *眼科検診 = 全学年
- *耳鼻科検診 = 2・4・6年生
- *身体計測 = 全学年
- *脊柱検査 = 4～6年生
- *視力検査 = 全学年
- *聴力検査 = 1・2・3・5年生
- *脊柱2次検診 → 脊柱検査結果または、保健調査票記載事項、内科検診結果から対象者が決まります。

太文字は検査業者、下線は学校医による検診です。その他の項目では、学級担任が行う視力検査以外は、養護教諭が行います。



1次検査の後、必要に応じて再検査を行います。視力再検査、聴力再検査は養護教諭が行います。(学校での視力検査は、5M離れたところから1.0, 0.7, 0.3の指標を読む検査です。)



2次検査が必要な場合、尿検査は検査業者、脊柱2次検診は本校担当の整形外科医が実施します。

また、内科検診は男女とも、上半身シャツ1枚程度。上下つながっている服は、体操着に着替えるとしています。聴診器は直接、肌に密着させますが脱衣はしません。おなかの状態を診るため、服の上から腹部触診することがあります。

心臓検診は、心電図検査を行います。体操着でおなかをめくり、検査器具を装着する必要があるため男女別に実施をしています。

内科検診記録および介助は女性職員とし、養護教諭が担当しています。

脊柱2次検診は、専門医に脊柱を診てもらうため、介助する養護教諭が背中部分をめくります。(医師に背を向けおじぎの姿勢で背中をめくります。)

各検診で必要な場合には、「受診のおすそめ」を配付します。また、異学年でのお知らせは各検診ごとにはしません。全ての検診項目が終了して、結果がそろいましたら「健康手帳」をお配りします。配付は、七月頃です。異学年の「健康手帳」でございます。

健康診断について、ご不明な点などありましたら保健室・養護教諭までご連絡ください。