



# ほけんだより 4月号

令和6年4月8日  
国田義務教育学校  
保健室

入学・進級おめでとうございます。保健室では、国田の皆さんが、元気に安心して学校生活を送ることができるよう、心と体の健康をサポートしていきます。毎月発行する保健だよりでは、皆さんが健康に過ごすための情報や、保健に関する情報、おうちの方へのお知らせなどを発信しています。教室や廊下の掲示コーナーや、学校のホームページにも載っているので、ぜひ目を通してくださいね！

【4月の保健目標】  
自分の体を知ろう

## 健康診断がはじまります！

日付	項目・対象者	内容	注意事項・準備物
4/11 (木)	はついくそくてい 発育測定 (全学年)	身長と体重をはかり、どのくらい成長したか、バランスよく成長しているかを調べます。	・体操服 ・頭頂部で髪を結ばない
4/12 (金)	しりょくけんさ 視力検査 (全学年)	どのくらい見えているかを調べます。	・メガネ、コンタクトを使っている人は持ってくる
4/16 (火)	ちょうりょくけんさ 聴力検査 (1・3・5・7・9年)	耳がよく聞こえているか、難聴はないかを調べます。	・髪の毛が耳にかからないようにする
4/25 (木)	しけんけんしん 歯科検診 (全学年)	むし歯はないか、歯並び、歯肉の状態・顎関節に異常はないか、歯垢は残っていないかなどの検査をしてもらいます。	・ていねいに歯みがきをしてくる
4/26 (金)	がんかけんしん 眼科検診 (1・4・7年)	眼科医の先生に、目や耳のまわり（まぶたやまつげなど）の異常や病気がないかみてもらいます。	・メガネ、コンタクトを使っている人は持ってくる
5/14 (火)	にょうけんさ 尿検査 (全学年)	腎臓の病気や糖尿病がないかを調べます。	・後日配付する別紙を確認
5/14 (火)	じびかけんしん 耳鼻科検診 (1・4・7年)	耳・鼻・のどの異常や病気がないかをみてもらいます。	・鼻水が出る人は鼻をよくかんでおく ・耳を出しておく
5/15 (水)	ないかけんしん 内科検診 (全学年)	心臓や肺の音に異常はないか、栄養はとれているか、皮膚の病気はないか、貧血はないか、背骨や胸の骨に異常はないかをみてもらいます。	・体操服

\* 健康診断で受診のおすすめをもらった人は、おうちの人に見せて、早めに検査や病院受診をしましょう。検査や病院受診の結果は学校へ提出してください。

## けんこうしんだん もくてき し 健康診断の目的を知ろう！

① みんなの 体 に病気や異常がないかを調べます。

くわしい検査や治療を受けるきっかけになります。



② 自分の 体 のことがわかります。

成長のようすや、どのくらい健康か知る手がかりになります。



③ 自分の 体 のことを考 える機会です。

「もっと健康になるには？」「これからの健康でいるには？」を一緒に考えましょう。



## お世話になる先生方を紹介します！

健康診断でお世話になる先生方です。あいさつと名前をはっきり伝えましょう。

内科 岡崎泰之先生

歯科 岸上和由先生

眼科 林誠一郎先生

耳鼻科 青柳安典先生

学校薬剤師 小沼祐之先生



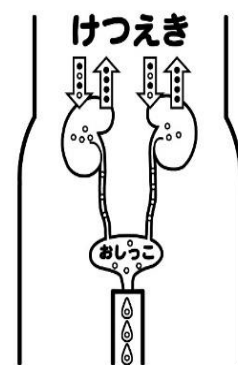
## けんこうまめ知識

## 「おしっこしょうたいの正体は？」

…正解は、**血液**です。血液は、食べ物や飲み物からとった水分や栄養を全身の細胞に届けると同時に、細胞から出たゴミを腎臓へ運びます。

腎臓では、血液から余分な水分・ゴミをこし取り、きれいにします。この余分な水分・ゴミがおしっこ（尿）です。そのため、腎臓が病気になると尿がうまく出なくなったり、血液のバランスがおかしくなります。しかも、ほとんどは症状が出ないまま進行し、治ることもありません。

この腎臓の病気を見つけるために行うのが**尿検査**です。必ず提出してくださいね！



ちなみに

おしっこが赤くないのは、血液を赤くするヘモグロビンが腎臓へ運ばれる途中でこわれるからです。



## 保護者の方へ

今年度は、黒澤と高嶋の2名で保健室を担当させていただきます。子どもたちが健やかに成長していくためのサポートをしていきます。お子様の体調や健康面など、何か気になることがありましたら気軽にご相談ください。4・5月は提出していただく書類や準備物など、ご協力していただくことがたくさんありますが、どうぞよろしくお願いいたします。