



令和7年 4月
No.1 保健室

しんねんど
新年度がスタートして、あっという間に1週間がすぎました。
あたらしいせいかつ
新しい生活には慣れてきましたか？
げんき まいにち
元気な毎日をおくるためには、「はやね・はやおき・あさごはん」はとても
たいせつ
大切です。
ほけんしつ じどう
保健室は、児童のみなさんが健康に過ごせるようにお手伝いします。
ねんかん
1年間、どうぞよろしくお願いいたします。



+ 保健室 って どんなんところ？

けがの手当てをします



なや 悩みがある人の話を聞きます



たいせつ
体調が悪いときも来てください



けん 健康に関する質問に答えます

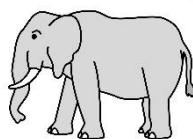


だれ
誰でも、いつでも
来ていいところです

たん 担任の先生に
言ってから来てね

からだクイズ

① (かんたん) ゾウはゾウでも、からだの中で
ドキドキしているゾウはなんだ？



② (むずかしい) 顔の中にあるビルってなんだ？



からだ 体もこころも

まいにちせいちょう
毎日成長しています

しんちょう たいじゅう
身長や体重のように大き
さはかることはできませ
んが、体と同じように、
みなさんの「心」も少しずつ
せいちょう
成長しています。

ともだち
友達とかかわったり、新
しい出来事に出会って考え
たり感じたりする、...

そんな1日1日の積みかさ
ねで、みなさんの心は大き
くなります。

からだ おお
体の大きさ

ひとり
が一人ひとり
ちがうように、

こころ ひとり
心も一人ひとりちがって
いて、成長の仕方もそれぞれ
です。

じぶん こころ あいて こころ
自分の心も、相手の心も
たいせつ
大切にしながらすごせると
いいですね。



裏もあります

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度



年度初めにお配りした「日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度への加入について」というお便りにもありますように、学校の管理下（登下校もふくみます）でおきたけがで、医療機関にかかったとき、医療費が給付される制度に、今年度も、全員加入ということで、学校において手続きをさせていただきます。

年間掛け金935円のうち、上田市が475円を負担しますので、残りの460円は保護者負担となります。保護者負担分は、学年費より一括納入させていただきますので、よろしくお願いいたします。

総医療費5000円（自己負担3割の場合、窓口支払額が1500円）以上が対象になります。

学校でけがをして、帰宅後、病院にかかった場合などは、担任にお知らせください。

なお、福祉医療費との併用はできませんので、病院の窓口で「学校でのけが」であることを伝えて、災害共済給付制度をご利用くださいますよう、よろしくお願いいたします。

健康診断の日程（4, 5, 6月）



4月15日（火）発育測定（2年）

16日（水）発育測定（1年）

17日（木）視力・聴力検査（3年）

18日（金）視力・聴力検査（5年）

21日（月）視力検査（6年＊聴力なし）

22日（火）視力検査（4年＊聴力なし）

23日（水）視力・聴力検査（2年）

24日（木）視力・聴力検査（1年）

30日（水）内科検診（4, 5, 6年生）

5月 7日（水）内科検診（1, 2, 3年生）

8日、9日 尿検査（全校）

13日（火）心電図検査（1, 4年生）

16日（金）眼科検診（2, 4, 6年および1, 3, 5抽出児童）

20日（火）血液検査（4, 6年生）

22日、23日 尿検査2次（未提出者、2次検査者）

.....

6月 4日（水）歯科検診（1, 2, 3年生）

5日（木）歯科検診（4, 5, 6年生）

12日（木）耳鼻科検診（1, 3, 5年および

2, 4, 6年抽出児童）

学校医の先生方を紹介します

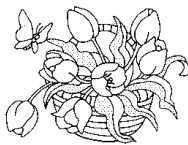
内科……宮坂 崇先生（日新堂医院）

眼科……下田 幸紀先生（下田眼科）

耳鼻科……飯島 正道先生（飯島耳鼻咽喉科）

歯科……松原 茂先生（松原歯科医院）

柳澤 清彦先生（小牧橋歯科医院）



水筒の持参について

年間をとおして、水筒をもってきてもいいことになっています。水筒の中身はお茶か水、お湯でお願いします。

学校の水道水も飲料水として安心して飲むことができます。

今後、日差しが強くなり、日によっては夏日になることもあります。こまめに水分を取り、熱中症に気をつけましょう。

健康診断の結果で、再検査や治療が必要な場合は、早めの受診をお願いいたします。

また、受診が終わりましたら、受診結果を学校までご提出いただきますよう、お願いいたします。

おもてのクイズのこたえ①しんぞう ②「くちびる」

上田市立北小学校
養護教諭 清水育恵
TEL0268-23-1621