



令和7年4月8日
4月号
大阪市立弘済小中学校
分校 保健室

にゅうがく しんきゅう
入学・進級おめでとうございます☆

あた ใหม けん はし
新しい学年が始まりました。ワクワクでいっぱいの人がいれば、新しい環境に不安を感じている人、あるいは両方の気持ちの間で揺れ動いている人、様々だと思います。そんなみなさんが元気にスタートを切れるよう、お手伝いしたいと思います。

ある ほけんしつ ようごきょうゆ しらいし
歩く保健室こと、養護教諭の白石です！

ねんかん おね
1年間よろしくお願いします。



けん こう しん だん はし
健康診断が始まります

どお
「いつも通り」じゃもったいない！

し
知っておこう 健康診断の目的

し
知る

がっ こう べんきょう
学校で勉強したり、
うん どう
運動したりするときに
し しょう
支障がないか、調べる

まな
学ぶ

じ ぶん けん こう
自分の健康に
かん しん も
関心を持って、
けん こう がくしゅう
健康について学習する

せいちょう し み なお
どれくらい成長したかを知ったり、見直す
せい かつしゅうかん かんが けん こう しん だん
生活習慣はないか考えるなど、健康診断を
ゆう こう かつ しょう
有効に活用できるということです。



たいせつ けんこう じぶん まも
大切な健康は自分で守る！そのためにできることを考える機会にしてくださいね。

がっ こう い せん せい しょう かい
学校医の先生を紹介します

けんしん う がっこうい せんせい ねが きも
検診を受けるときには、学校医の先生に「お願いします」「ありがとうございました」と気持ちのいいあいさつをしましょう。マスクの着用も忘れずに！

ない か たにぐちせんせい
内科：谷口先生

がん か きたしょうじせんせい
眼科：北庄司先生

じ び か よしかわせんせい
耳鼻科：吉川先生

し か おくのせんせい
歯科：奥野先生

がっこうやくざいし ほったせんせい
学校薬剤師：堀田先生



4月 けんしん 検診スケジュール

4月9日(水)	身長、体重 視力、聴力	1・2時間 1.2時間 目 中	講堂にて
11日(金)	内科検診	13:40～	講堂にて
17日(木)	耳鼻科検診	13:40～	講堂にて



けんこう しん だん も の 健康診断の持ち物

けんしん けんこう しん だん とう じつ 健康診断当日、
忘れないうように
しましょう！

4月9日(水) 視力検査

・メガネのある人は必ず持ってきてください。



しずかに待ってね



あいさつしましょう



けん しん けつ か 検診結果はプライバシー



前の自分と比べよう
結果は他の人ではなく、

けんこう しん だん 健康診断をするとついつい友だちと結果を比べてたくなってしまいがち。でも成長のペースには個人差があります。友だちとの差を気にする必要はありません。それよりも前回の自分の結果と比べましょう。身長は大きくなっているか、体重は増えているか、視力は落ちていないかなどを確認してください。あまり大きくなっていないなら、食事を見直したり、今より早く寝たりする。視力が悪くなっていたら、授業中の姿勢を気をつけるなど生活を見直すきっかけにしましょう。