

# ほけんだより 4月

令和8年 大阪市立玉川小学校



入学・進級おめでとうございます！新年度のスタートです。新しい環境や新しい友達に、ドキドキワクワクしていることでしょう。この時期はつかれがたまりやすく、後になって体調をくずしてしまうことも。がんばった後は、休憩だって大切です。お休みの日はゆっくり過ごして、心も体もいたわってあげてくださいね。



## ほけんしつ 「保健室」ってこんなところ



けがをしたとき  
手当てをします



なやんでいるとき  
そうだんにのります

からだのぐあい  
わるいときに  
きゅうけいします



からだのことに  
ついて話すことが  
できます



い  
言えるかな？

## 保健室利用のこたば



## 健康診断がはじまります

毎年、小学校では春から健康診断を行います。健康診断の目的は「どれくらい成長しているか」「病気のうたがいがいいか」を調べると同時に、自分のからだを知ることによって健康に関心を持ち、自身を大切にすることを育ててほしいと考えています。

### 健康診断

こんなことを  
調べます



身長  
体重  
身体測定  
去年と比べてどれくらい大きくなったかな？  
太りすぎや痩せすぎではないかな？

目  
眼科検診、視力検査  
見えづらくなっていないかな？  
目の病気はないかな？

耳・鼻  
耳鼻科検診、聴力検査  
聞こえづらくなっていないかな？  
病気の疑いはないかな？

歯  
歯科健診  
歯やおど、歯並びや噛み合わせの状態は？  
むし歯や歯肉炎などはないかな？



心臓  
肺  
内科検診  
からだの中の病気はないかな？

内科検診では、ほかに  
目やのどの様子、皮膚の  
病気がないか、栄養状態  
なども診ています

おしっこ  
検尿  
おしっこに病気のサインが  
隠れていないかな？

朝いちばんの  
おしっこを  
とってください！

骨  
関節  
運動器検診  
動きの悪いところや痛みはないかな？  
背骨や肩のゆがみはないかな？

