

保健だより 4月

令和 7年 4月 7日
板橋区立高島第一小学校
校長 平 松 隆 行

入学・進級 おめでとうございます

あたたかい陽射しの中、新しい一年が始まります。みなさんが、元気に毎日をご過ごすように、保健室からお手伝いしてまいります。ほけんだよりでは、みなさんが、自分のからだを守っていくための情報を、お伝えしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。



がっこうい せんせいがた がっこうやくざいし せんせい しょうかい
学校医の先生方・学校薬剤師の先生をご紹介します。

ないかこうい ○内科校医	もちづき 望月	ひであきせんせい 英明先生	じびかこうい ○耳鼻科校医	まつばやし 松林	せんせい さおり先生	がんかこうい ○眼科校医	かな 川名	ひろみせんせい 洋美先生
しかこうい ○歯科校医	みさわ 三澤	そうたろうせんせい 壮太郎先生	がっこうやくざいし ○学校薬剤師	えんどう 遠藤	さちこせんせい 佐智子先生			



がっこうい せんせいがた けんこう まち けんこうしんだん ほか
○学校医の先生方は、みなさんの健康を守るために健康診断の他にも、様々な健康面のサポートをさせていただきます。

やくざいし せんせい がっこう かいてき す かんきょう えいせいめん
○薬剤師の先生は、みなさんが学校で快適に過ごせるように、環境や衛生面などのサポートをさせていただきます。

4月のほけんもくひょう

けんこうしんだん ただ う 健康診断を正しく受けよう



けんこうしんだん う
健康診断を受けるのは、なぜ？

- じぶん からだ し せいちょう けんこう ようす し て
自分の体を知るため・・・成長や健康の様子を知る手がかりになります。
- じぶん けんこう まち くい けんさ ちりょう う
自分の健康を守るため・・・詳しい検査や治療を受けるきっかけになります。
- けんこう からだ そだ けんこう す かんが きかい
健康な体を育てるため・・・より健康に過ごせるように、考える機会になります。
-



ていきけんこうしんだん 定期健康診断がはじまります。

ないか ◎内科

ないか だんじよべつ じっし ないかけんしんじ じどう ふくそう げんそく たいいくぎ したぎとう
内科では、男女別に実施しています。内科健診時の児童の服装は、原則、体育着や下着等を着用して行います。医師が、着衣の上から、検査・診察を行いますが、正確な検査・診察のため、体育着・下着等をめくって視触診したり、体育着・下着等の下から聴診器を入れたりする場合もあります。ご理解ください。よろしくお願いいたします。



◎ 歯科健診

「CO（シーオー）」って、どんな意味かな？むし歯になりかけている歯の記号です。放っておくとむし歯になってしまうので、歯みがきの仕方や食べ物を見直しましょう。健診後、治療が必要・治療不要に関わらず、結果をお知らせいたします。歯科の治療や相談が必要な場合は、早めに受診してください。



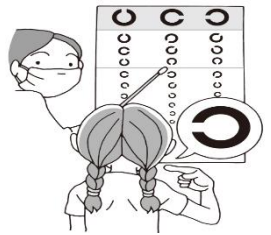
◎ 耳鼻科健診・眼科健診

耳・鼻・のどの病気、眼の病気などをみます。前髪が、眼にかかっている人は、注意してください。



◎ 視力検査

視力表を使って、おおよその視力を調べます。黒板や教科書の文字が、よく見えているかを知る手がかりになります。視力結果：A（1. 0が見えた時）・B（0. 7～1. 0未満）・C（0. 3～0. 7未満）・D（0. 3未満）の記号で表します。



◎ 聴力検査（1年生・2年生・3年生・5年生）

オーディオメーターという機器を使って、高さの違う2種類の音を（1000ヘルツ・4000ヘルツ）が聞こえるかを調べ、聞き取りにくくなっているかを、知る手がかりになります。



◎ 尿検査

- ◆ 学校名・クラス・氏名などが印字されている尿検査の袋を配付します。紛失しないようお願いします。
- ◆ 定期健康診断の実施日程の詳細については、別途、「定期健康診断等のお知らせ」をご覧ください。
- ◆ 各書類（提出物）へ記入する出席番号は、男女混合番号です。



◎ 心臓検査（1年生・4年生・区外からの転入児童）

心臓が動く時に出る、弱い電流を記録する『心電図』という検査をします。心臓の動きに異常がないかを知る手がかりになります。手足や体にいくつか電極をつけますが、痛みはありません。検査時間は、数分間です。

- 心臓検診調査票の提出は、4月10日（木）までです。忘れないでください。
- 最終結果が出るまで、学校の水泳学習は控えるよう、お願いします。

☀ 健診・検査を受ける前日から受ける日までの準備・・・

- ・前日は、お風呂に入って、からだを清潔にしておく。 ・つめを切っておく。 ・清潔な下着を着る。
- ・早めに寝て、体調を整える。 ・耳あかを、とっておく。 ・忘れ物がないように準備する。
- ・髪が長い人は、健診時には、髪がじゃまにならないように結ぶ。
- ・髪を結ぶ場合は、頭頂部は避ける。（正確な身長を測るためにも、お願いします。）



とうじつ けんしん けんさ 当日の健診・検査では・・・

・自分の順番になったら、自分の名前を言う。または、名前を呼ばれたら「はい」と、しっかり返事をしましょう。

保護者の皆様へ

年度初めは、配付プリントや学校へご提出いただく書類がたくさんあります。お忙しいと存じますが、提出書類等は、記入漏れがないかを確認し、期日までに提出してください。ご理解・ご協力の程、よろしくお願いいたします。定期健康診断予定等、詳細については、別途プリントをご覧ください、ご確認をお願いいたします。

- ① 児童・生徒結核検診問診票の質問5の「2週間以上「せき」「たん」が続いていますか。」の問いに、「はい」と回答した場合、続いての質問5の補助「医療機関を受診していますか」の問いで、「いいえ」に○を付け、まだ、受診していない場合は、必ず、病院等を受診してくださるようお願いいたします。なお、体調が悪い時は、早めの受診をお願いいたします。
- ② 全ての健診・検査終了後（7月の予定）、健診結果のみ記録した「定期健康診断の結果」をご家庭に配付します。
- ③ 定期健康診断の歯科健診では、治療の必要がないお子さんにもお知らせ用紙をお渡ししますので、よく結果をご覧ください。
- ④ 歯科健診では、治療や相談が必要の有無に関係無く、受診されたお子さん全員に健診の結果のおしらせをお渡しします。治療や相談が必要な場合は、早めに専門機関を受診してください。
- ⑤ 内科、耳鼻科、眼科健診では、治療や相談が必要なお子さんにのみ、お知らせの用紙をお渡しします。（医療機関等で受診・相談後、水泳学習への参加をお願いします。）
- ⑥ 尿検査では、昨年度より、1次検査の早朝尿で蛋白または潜血でどちらか一方でも陽性（^{プラス}）以上の場合は、2次検査の対象になりました。今年度も同様に、2次・3次検査が必要なお子さんには、別にお知らせします。最後まで、しっかりお受けください。なお、最終結果が出るまでは、学校の水泳学習は控えるよう、お願いいたします。
- ⑦ 視力検査結果のお知らせは、検査を受けた人全員に、お渡しします。視力A以外の方は、眼科を受診してください。例えば、右裸眼視力A・左裸眼視力Cの場合は、受診が必要です。両眼矯正視力(A)の時は、経過観察をしてください。
- ⑧ 聴力検査では、検査音が聞き取りにくかったお子さんに、耳鼻科健診後、「耳鼻咽喉科健康診断の結果のお知らせ」の「難聴の疑い」にて、ご連絡します。学校での検査は、スクリーニング検査ですので、お知らせが届いても、あまりご心配なさらず、専門医の受診をお願いいたします。
- ⑨ 色の見え方の検査：定期健康診断の中には、この検査項目はありませんが、検査をご希望されるお子さまは、学校で行いますので、学校（担任）にお知らせください。



⑩ 学校管理下でのケガにおける、病院等受診について

学校管理下のけがで、病院等を受診される場合は、原則、各種医療費助成制度（子ども医療費助成制度を含む）は利用せず、スポーツ振興センター災害共済給付制度をご利用ください。詳しくは、別途配付した板橋区教育委員会発行の文書をご覧ください。病院等を受診した後は、その結果を学校にお知らせください。



お子さんの健康観察と健康管理についてのお願い

◆**非感染症の疾患でも、発熱があった場合は、解熱後24時間は、ご自宅で様子を見てください。**

◆咳がある時や感染症が流行している時などは、マスクの着用をお願いいたします。

【学校伝染病の出席停止期間の例】

- ・インフルエンザ：発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
- ・新型コロナウイルス感染症：発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで

※学校伝染病に罹患し完治して登校する際は、病気の経過がわかる医療機関の医師から「登校しても支障なし」と判断をもらい、必ず、「出席届」に医師の証明（印）をいただき、お子さんに持たせてください。

※「出席届」は、ホームページよりダウンロードできます。令和7年4月より、書式が一部改訂されています。



学校を欠席して、検査・健診を受けられなかった場合について

対象のお子さまの保護者の方に、お知らせいたします。

- ① 検査の予備日が、学校外の検査会場で設定されている場合は、保護者付き添いのもと、その検査を受診してください。検査結果は、後日、学校に届きます。
- ② 校医健診（内科・耳鼻科・眼科・歯科）を、学校で受けられなかった場合、原則、本校学校医の医院等にて、受診してください。そちらで受診した場合は、健康診断料は無料です。また、内科・耳鼻科・眼科については、板橋区内で学校医（本校学校医以外）をされている医療機関で受診する場合も、同様な対応になる場合があります。しかし、他の医療機関で受診する場合は、自費診療となり費用を要します。受診後は、結果を学校にお知らせください。お知らせ後、早めに受診し、水泳指導前までに結果を学校にお知らせください。
- ③ 尿検査最終未受診のお子様は、医療機関を受診してください。水泳指導開始前までに、その検査結果を学校にお知らせください。検査は、自費診療となり費用を要します。ご承知おきください。

イラスト：日本学校保健研修社より

