

ほけんだより 4月

令和8年 4月 7日
江東区立数矢小学校
校長
養護教諭

入学・進級おめでとうございます。いよいよ新しい1年が始まりましたね。

新しい教室、友だち、先生。なれない環境にドキドキしたり、わくわくしたりしていると思います。

4月は不安なことや心配なことが多くなるかもしれません。なにかお話をしたいときや、けがをしたとき、体調が悪いときには保健室へ来てくださいね。

みなさんが今年も元気に楽しく過ごせるように、保健室から見守っています。

健康診断

3つの約束

みんなが
気持ちよく検査できるように
必ず守りましょう

あいさつをする

学校医の先生はみんなの体が元気なのか調べてくれます。みてもらう前と終わった後にはきちんとあいさつをしましょう。



体の情報はひみつにする

体や健康の様子は大事な個人情報です。友だちの結果を勝手に見たり、話したりしないでください。



静かに待つ

周りがうるさいと、先生が体の音を聞き取れなかったり、友だちが耳の検査で困ったりして、検査ができません。



学校医の先生を紹介します

内科

歯科

耳鼻科

眼科

学校薬剤師



保健室に

入るときの3ステップ

1 あいさつをする

しつれいします

2 自分のクラスと名前を言う

〇年〇組
〇〇〇〇です



3 来た理由を伝える

転んで
ひざを
すりむきました

保健室はこんなところです

できること

ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふう」にケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



できないこと

薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてください。



治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。

