

# ほけんだより

伏古北小学校  
第 15 号  
令和8年3月25日

今日は令和7年度の修了式です。皆さんにとってどんな一年でしたか？明日から春休みです。新年度に向けて、生活リズムを整え、心も体もしっかり準備をし、楽しい春休みを過ごしてくださいね。

## 健康カードと運動器検診問診票(2～5年)をお返しします

健康カードは、4月からの健康診断の問診、結果の記録に使用します。また、緊急時、保護者の方へ連絡する際や病院へ移送する際に使用します。これまでの健康の記録をお知らせするとともに、新年度に向けて「健康調査の記入」（緑色の部分）と変更部分の修正をしていただくために返却しています。

- ①1ページ目、保護者の印（サイン）の欄に該当学年部分に捺印をお願いします。  
(2～5年生は、年度もお書きください。)
- ②緊急時の連絡先を必ず御確認いただき、変更がある場合には空欄部分か余白の欄に赤字で御記入ください。お仕事等で普段携帯電話がつかない御家庭は、必ず職場など連絡のつく番号を御記入ください。緊急時に連絡させていただく場合がありますので、御了承ください。
- ③健康カードの記載内容は、健康診断で参考にします。健康診断に関わって留意が必要なことがありましたら、2・4・5（1年生のみ）・6・8ページの各種健康調査（緑色の部分）「今までかかった病気」「学校生活において知らせておきたいこと」の新学年の欄に御記入ください。

### ☆運動器検診問診票(2～5年生)・健康カード内健康調査【運動器】5ページ(1年生)

返却しました運動器検診問診票(2～5年生)・健康カード5ページ(1年生)に必要事項を記入し、御提出をお願いします。1年生のみ健康カード内に運動器検診問診票がありますので、御注意ください。運動器検診のお知らせは同封していますので御確認ください。

※チェックした内容の動きは、すぐにできなくても、練習するとできるようになることもあります。練習してもできない場合のみ御記入ください。



### ☆結核検診問診票(1～5年生) 黄色の用紙です。組・番号は記入せず御提出ください。



同封されている「結核検診のお知らせ」をよくお読みになり、太枠内の学校名、学年、記入日、氏名・フリガナ・保護者氏名・連絡先電話番号を御記入いただき、1～4の質問について、当てはまるところに○印を付けてください。一つでも「ある」「いる」に○印があった場合には、5の質問にもお答えください。※記入漏れや記入間違いで精密検査の対象になるお子さんがいます。記入漏れや記入間違いがないかの御確認をお願いします。

### ☆保健調査

新年度が始まるにあたり、毎年実施している健康調査の御記入をお願いします。新学年とお名前を御記入いただき、**食物アレルギー以外のアレルギーについて**○印を付けてください。また、お子さんの健康状態や持病のことで、担任や養護教諭に知らせておきたいことがありましたら、御記入ください。

### ☆ほけんぶくろ

ほけんぶくろに**健康カード・運動器検診問診票(2～5年)・結核検診問診票・保健調査を入れて、4月8日(水)に御提出**ください。ほけんぶくろは、次年度も使用しますので大切に扱ってください。



# 一年間の記録



## 来室者合計

**3485** 人

着替えや保健室登校、気持ちが落ち着かず、なんとなく来室した人数も入っています。

- ☆内科・・・1782人
  - 1位 腹痛(659人)
  - 2位 頭痛(592人)
  - 3位 気持ちが悪い(139人)
- ☆外科・・・1528人
  - 1位 打撲(433人)
  - 2位 擦過傷(319人)
  - 3位 虫刺され・かゆみ(101人)
- ☆相談他・・・175人
  - 友達とのけんかや気持ちが落ちつかない、教室に入りにくいなど、一時的な休養を含みます。

## ◎スポーツ振興センター適用状況(手続きを行った件数)

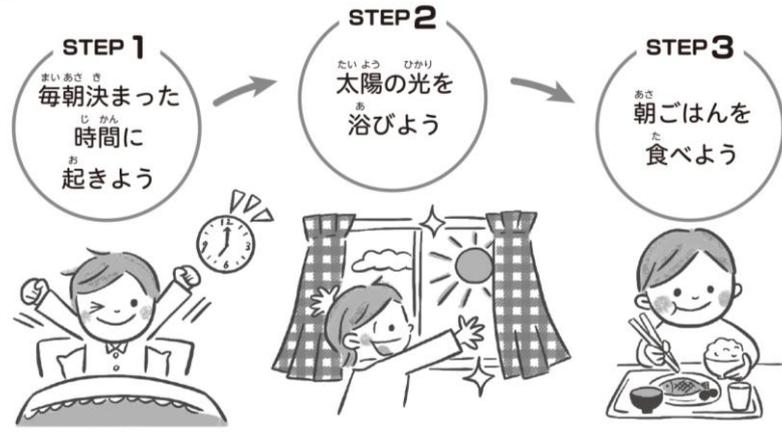
1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
1	0	0	3	1	2	7

スポーツ振興センターに申請した外傷は、7件で体育や理科、クラブ活動、登校中のけがでした。

- ◆ スポーツ振興センターの対象になるけがをし、手続きを希望される方は書類の御提出をお願いします。けがをしてから**2年間が過ぎると時効になり、請求ができなくなります。**御不明な点がございましたら、養護教諭まで御連絡ください。



## 生活リズムをつくる朝の3ステップ



## 春休み中に治療しておこう



## 新年度の準備をしよう



## 保護者の皆様、一年間御協力ありがとうございました

一年間、保健室に温かい御理解と御協力をいただき、ありがとうございました。お子さんの健康維持のために御配慮をいただき、感謝しております。

この一年間で多くの子どもたちが保健室を利用しました。処置が終わるとしっかりお礼をする姿、友達を心配して声をかける姿に成長を感じ、温かい気持ちになりました。また、けがや体調不良でお迎えに来ていただいた際には、保護者の方の顔を見ると穏やかな表情になる子どもたちを見て、保護者の方の優しさが何よりの薬だと実感しました。私自身、保護者の方とお話をしてお子さんの成長を喜びあうことができ、うれしくなりました。

春休み中は、心も身体もリフレッシュして、新たな一歩を踏み出してほしいと思います。これからも健やかに成長されることを願っております。

来年度も保健室への御理解と御協力をどうぞよろしく申し上げます。一年間、どうもありがとうございました。

