



ほけんだより



すぐる配信

2026年4月8日
手稲鉄北小学校 保健室
NO.1

御進級 おめでとうございます！

新年度がスタートしました。お子さんが心も体も元気に学校生活を送れるよう、御家庭と連携を取りながら、保健室から見守っていかれたらと思います。定期的に「ほけんだより」を発行しますので、お子さんと一緒にご覧ください。

4月の健康診断

4月8日(水)	【提出物】 ・健康カード ・健康調査票 ・運動器検診問診票（2年生はなし）	
4月10日(金)	4～6年生	身体測定
4月13日(月)	2・3年生、すずのみ	
4月14日(火)	全学年	結核検診問診票配付 (締切4月17日)
	6年生	視力検査
4月15日(水)	5年生	
4月16日(木)	4年生	
4月17日(金)	3年生	
4月20日(月)	2年生	
4月21日(火)	1年生	
4月22日(水)	すずのみ	
4月23日(木)	3・5年生	聴力検査
4月24日(金)	2年生	
4月27日(金)	1年生、すずのみ	
4月28日(月)	1・2・3・5年生	聴力再検査

身体計測

- ・上着などは脱いで、軽装で測定します。くつ下もはいたままです。
- ・髪が長い人は、おろすか、頭の横で結ぶように工夫してください。頭頂部や後ろで結ぶと、身長計のバーがぶつかってしまいます。



視力検査

眼鏡をかけている人は、かけたまま検査をします。眼鏡を忘れずに持ってきてください。



健康診断の結果について

健康診断で、病院での詳しい検査や治療が必要と判断されたお子さんのみ、「〇〇検査（健診）結果のお知らせ」（黄色い用紙）をお渡しします。

※4年生は5月に眼科検診、耳鼻科検診がありますので、その結果を受けてから病院受診をしていただいても良いです。

★学校で行う健康診断は、病気の疑いを見付け出すものです。集団で行うため、細かな点まで検査できない場合もありますので御了承ください。

学校医の先生を御紹介します

内科：荻原 重俊 先生（手稲溪仁会病院）
歯科：佐藤 夕紀 先生（ゆき小児歯科）
耳鼻科：高田 竜多 先生（ていね耳鼻咽喉科クリニック）
眼科：佐賀 徳博 先生（佐賀眼科）
薬剤師：河合 和香子 先生（星置調剤薬局）

健康診断以外でも、学校での急なけがや病気、学級閉鎖等、様々な場面でお世話になっています。

学校病医療券について

就学援助および生活保護を受給されているお子さんが、医療機関で学校病の治療を行う場合、学校病医療券を持参することにより医療費が援助されます。医療機関にかかる前に、担任または保健室までお知らせください。

保健室はこんなところです！



傷病対応について

学校でできるけがの手当ては、学校管理下でその日のうちに起きたけがの一時的な手当です。傷は、水で洗浄する、ぶつけた・ひねったなどの場合は冷やすなどの応急手当を中心に行っています。家庭で起きたけがや、学校で起きたけがを継続的に手当てすることはできませんので、御承知おきください。



早退・受診が必要なけがについて

発熱時や病院の受診が必要なけがが起きた場合には、速やかに保護者の方に御連絡いたします。また、体調不良が続く時や、顔や首から上のけがにつきましては、対応の御相談のため、連絡をさせていただくことがあります。また、重症と判断した場合は、速やかに保護者の方へ御連絡するとともに、緊急性によっては救急車を要請することがあります。お子さんの命、安全を最優先とした対応になります。緊急時に確実に連絡がとれる連絡先を複数、学校までお知らせください。変更になった際には、必ず担任まで御連絡ください。

保健室で使用している主な医薬品や衛生材料について

保健室では、内服薬を使用できません。内科的症状があり、休養しても症状が回復しない場合は、お迎えをお願いしています。ベッドでの休養は基本的に1時間を目安としています。保健室で使用している医薬品や衛生材料について以下に示しました。体質に合わないものなどがありましたら、学校へお知らせください。また、お子さん本人にも十分理解させ手当の際に申し出るようにしてください。

物品の名前（画像は一例です）	こんなときに使用しています
湿布 	ぶつけた・ひねった・寝違えたなどで痛いとき 筋肉痛などで痛いとき その他必要と思われるとき
冷却ジェルシート 	湿布を使用したい場面だが、湿布は一度も使ったことがないとき またはかぶれが心配なとき 冷やしてきたいが、保冷剤をずっと持ってられないとき 発熱や頭痛時、少しでも気分をすっきりさせてあげたいとき その他必要と思われるとき
かゆみどめ 	虫刺されやかぶれなどで皮膚がかゆいとき （基本的には冷やして様子をみます） その他必要と思われるとき
ワセリン 	皮膚や唇のカサカサや、ひび割れ 唇や口の中が小さく切れた場合や、傷口の保護 その他必要と思われるとき
涙液型目薬 	目の異物などをとるとき（1回分ずつの使い切り） その他必要と思われるとき
傷の消毒薬 	トゲなどが刺さって抜いたあとなど （すり傷、切り傷などで、水できれいに洗浄できる場合、消毒薬を使用する機会はほとんどありません）