



令和7年4月7日
千葉市立磯辺小学校
ほけんしつ

あたたかな春のひ差しが、新年度の始まりを祝福しているかのようです。新しい学年になり、新しい教室で、新しい先生、新しい友達と過ごすこの1年間には、どのようなできごとがあるのでしょうか。来年3月のあなたは、どのような姿に成長しているのでしょうか。すてきなイメージをふくらませながら、スタートを切りましょう！



ご進級おめでとうございます。養護教諭（保健室の先生）を務めます、です。
みなさんが健康について考え、よりよい答えを自分で選ぶ力を育ていけるよう、保健室からサポートしていきます。1年間、どうぞよろしくお願いします！

合っているのはどれ？

保健室を使うときのルール

ケガをしたり、体調が悪くなったりしたときに行く保健室。使うときには守ってほしいルールがあるよ。

☐ に当てはまるのはどれかな？

保健室のルール その1

保健室に行くときは

☐ に
言ってから行こう。

- ① おうちの人
- ② 先生
- ③ 宇宙人



保健室のルール その2

保健室に入るときは

☐ をしよう。

- ① あいさつ
- ② 準備運動
- ③ お願い



保健室のルール その3

保健室にあるものは

☐ 。

- ① 夜になると動き出す
- ② 勝手に触らない
- ③ 全部使い放題



保健室のルール その4

保健室で借りたものは

☐ 。

- ① 自分のものにしている
- ② 友だちに貸してあげる
- ③ 使い終わったら返す



こたえ



② 先生

突然いなくなると先生がびっくりするよ。先生がいなくなるときは、友だちに先生に伝えるようお願いしてから保健室に行こう。

こたえ



① あいさつ

入る前に「こんにちは、失礼します」など、あいさつをしてね。学年や組、名前も伝えられるととってもいいよ。

こたえ



② 勝手に触らない

壊れやすいものや薬などの危険なものもあるよ。使いたいときは保健室の先生に一言伝えてからにしよう。

こたえ



③ 使い終わったら返す

保健室で貸し出す保冷剤や氷のう、湯たんぽなどは学校のものだよ。使い終わったら必ず返してね。

この他にも…

- すりむいた時は、傷口のよごれを水でよく洗い流してから保健室に来ます。
- 保健室や保健室の近くでは、小さな声で話します（体調の悪い人が休んでいるかも）。

みんなで使う、みんなの保健室です。

ルールを守って

気持ちよく使おうね！

年度の初めには、たくさんの健康診断を行います。下の表は、4月の健康診断スケジュールです。日付、学年、持ち物や気をつけることなどをうちのひとといっしょによく確認してから、当日をむかえましょう。

日付	健康診断	学年	持ち物や気をつけることなど
4月10日（木）	3Dスコリオ検診	6年	【持ち物】体操服 背骨にゆがみがないかどうかを調べます。
4月14日（月）	尿検査（1次1回目）	全学年	【持ち物】尿検体（おしっこ）
4月11日（金）	発育測定 視力・聴力検査	6年	【持ち物】体操服、めがね（かけている人） 【気をつけること】かみの毛が長い人は横に結んでください。検査の音がよく聞こえるように、耳にかみの毛がかからないようにしましょう。
4月14日（月）		かもめ・5年	
4月15日（火）		2年	
4月16日（水）		3年	
4月17日（木）		4年	
4月18日（金）	色覚検査	4年希望者	4年の希望者に色の見え方の検査をします。
4月21日（月）	発育測定	1年	ほかの学年のらんを参考にしてください。
4月22日（火）	視力・聴力検査	1年	
4月25日（金）	尿検査（1次2回目）	1次未提出者	【持ち物】尿検体（おしっこ） 1次はこれで終了です。これ以降は出せません。 2次対象者は、忘れずに持ってきてきましょう。
	（2次1回目）	対象者	

おうちの方へ

①登校した日に、学校で起きたけがの応急処置をします。例として、以下のような場合の処置はできません。

- ・家庭管理下で起きたけが（休日や習い事でのけがなど）
- ・下校後のけが（公園や校庭開放でのけがなど）
- ・子どもルームおよび放課後子ども教室でのけが
- ・継続的な対応（前日のけがを翌日以降も手当するなど）
- ・登校前の段階で、目にできものができている、耳の奥が痛い、むし歯が痛い、など
ご家庭での適切な対応をお願いします。



②飲み薬を与えることはできません（市販の頭痛薬、胃腸薬等の用意はありません）。また取り違え等を防ぐため、基本的には処方された薬の預かりもできませんので、持参する場合は児童本人のランドセル等かばんの中での保管をお願いします。

③早退する場合、児童1人での下校は安全上できませんので、保護者の方のお迎えをお願いします。

④保健室でお貸しした着替えは洗ってからご返却ください。下着（パンツ）については、同サイズの新品をご返却ください。

⑤学校でおう吐をして服が汚れてしまった場合、または下着に便が付いてしまった場合、水道を介しての他の児童への感染を防ぐため、学校では水洗いができません。ビニール袋で密封し、汚物が付いたままお返しすることになります。ご理解ください。

⑥学校保健安全法で定められた「学校において予防すべき感染症」に罹患した場合は出席停止となるので、その旨を学校へご連絡ください。登校再開初日には「登校許可証明書」もしくは「（各種）療養報告書」の提出が必須となります。「（各種）療養報告書」は本校HPまたはインターネットで「千葉市 療養報告書」と検索し、各自ダウンロード後、印刷したものをお使いください。

⑦「歯みがきセット」のご用意をお願いします。セットの内容は、歯ブラシ、割れにくいコップ、歯ブラシとコップを入れる巾着袋、の3点です。歯みがき剤（歯みがき粉）は必要な方のみお持ちください。歯みがきセットは毎週末持ち帰るので、適切な時期に歯ブラシの交換をお願いします。

⑧学校生活におけるマスクの着用は、保護者及び本人の判断をもとにしています。ただし、学級・学年内で体調不良者が急増している場合や、本人がせきをしている場合など、必要に応じてマスクの着用に協力してもらうことがあります。また給食当番に関しては、配膳時には必ずマスクを着用することになっています。これらのことから、ランドセル等かばんの中に予備のマスクを常に5枚程度用意しておいてください。また、マスクの一時保管用袋（ジッパー付きビニール袋等）もあわせてご用意ください。