



ほけんだより
No.1

令和8年4月9日 磯辺小 保健室

ほけんだより「けんこうたまてばこ」では、みんなの元気のもとになるメッセージを送っていきたく
 思います。おうちの人と読んでください。よろしくお願ひします。
 養護教諭 小宮山亜由美

ほけんしつ 保健室はこんなところですよ！

けがの手当てをする

体調が悪いときに休む

悩みを相談する

体や心について知る



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 お願ひ



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
- 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。先生がいなるときは、友だちに先生に伝えるようにお願ひ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。

保健室では健康診断もおこないます！

健康診断を受けるといいことがたくさん！

自分のからだの



成長の様子を知ることができる

病気や異常を



見つけることができる

自分のからだに興味をもつ



きっかけになる

健康になるための



目標づくりに役立つ

健康診断を受けるときの約束



先生の指示をしっかりと聞く



友だちに結果を聞かない



健康診断忘れ物がないように！

<保護者の方へ>

●保健室について

- ・1時間ほど休養してよならない場合は、お迎えをお願いします。
- ・病院を受診したほうがよいけがについては、連絡させていただきます。
- ・継続的な処置が必要なけがやうちでのけがは、ご家庭で手当てをお願いします。
- ・保健室には薬はありません。(飲み薬、塗り薬、湿布薬等)薬が必要な場合は、担任に知らせた上でご持参ください。
- ・嘔吐物等ついた衣類等は、感染症防止のため保健室で洗うことはしません。そのまま袋に入れて持たせますのでご了承ください。

●健康診断について

- ・4月は記入していただく書類がたくさんあります。お忙しい中申し訳ありませんが、期日までの提出にご協力をお願いします。
- ・健康診断後、受診が必要な場合はお知らせを渡します。お知らせを持って受診していただき、「受診報告書」の欄を病院で記入してもらって学校に提出をお願いします。

●保健活動について

今年度も「すこやかチェック」(9月・1月)と「メディアチャレンジ(市内一斉)」(6月)を実施します。実施時期がきましたら、お子さんに声かけしていただくとともに、お子さんと一緒に取り組んでいただけるとありがたいです。

