



令和8年4月6日
文京区立本郷小学校
ほけんだより No.1

にゅうがく しんきゅう

入学・進級おめでとうございます

新1年生を迎えて、新年度が始まりました。新しい学年、新しい先生、
たくさんの出会いにドキドキ、ワクワクしますね。ほけんだよりでは、
保健行事や体と心の健康づくりに役立つ情報を毎月、お知らせいたし
ます。おうちの人といっしょに読んでください。

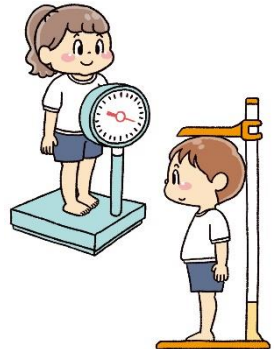


4月の保健目標

けんこうしんだん ただ う
健康診断を正しく受けよう

健康診断が始まります

4月から健康診断が始まります。健康診断では身長や体重を測つ
たり、学校医の先生方の診察を受けたり、様々な検査があります。こ
れらは、自分の体がどれくらい成長しているか、詳しい検査や治
療の必要な病気はないかなど、自分の体を知るための大切な行事で
す。健康診断を正しく受けて、自分の健康について考えてみましょう。



健康診断の受け方

★前の日は…

- からだ せいけつ
・体を清潔にしておく。



- はや ね
・早めに寝て
ゆっくり休
む。



★当日は…

- けんしん ひつよう
・検診に必要な
持ち物や服装
を用意する。



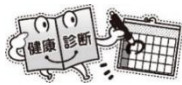
- けんしん
・検診のじやま
にならない
髪型にする。



- けんしん う
・検診を受ける
ときは整列し
て、静かに待
つ。



- まえ ひと けんこうしんだん う
・前の人が健康診断を受け
ている様子をよく見てお
く。



ていきけんこうしんだん よてい 定期健康診断の予定



じっしび 実施日	けんさこうもく 検査項目	たいしょうがくねん 対象学年	けんさ ないよう ちゅうい 検査の内容、注意事項
4月 9日(木)	しんだいけいそく 身体計測	ぜんがくねん 全学年	しんちょう たいじゅう はか ・身長、体重を測ります。 ＊体育着で行うので、持ってきてましょう。 かみ あたま たか いち むす ＊髪は頭の高い位置で結ばないようにしましょう。
	ちようりよく けん さ 聴力検査	2・3・5年	おと き ちから ちようりよく じゅうぶん しら ・音を聴く力（聴力）が十分にあるかを調べます。
	しりよく けん さ 視力検査	ぜんがくねん 全学年	み ちから しりよく しら ・ものを見る力（視力）を調べます。 めがね つか ひと わず ＊眼鏡を使っている人は忘れずに も 持ってきてください。
4月13日(月)	けつせきしや ほけんしつ 欠席者は保健室にて	しんだいけいそく ちようりよく けん さ しりよく けん さ 身体計測・聴力検査・視力検査	
4月13日(月)	しんぞうけんしん 心臓検診	1年・ がいとうじどう 該当児童	しんでんず しんぞう うご しら ・心電図をとり、心臓の動きを調べます。
4月10日(金) 5月11日(月) 12日(火) 29日(金)	ない かけんしん 内科検診	4年 3年 2年 5年 やつがけまえけんしん (ハケ岳前検診)	しんぞう はい おと ひ ふ びようき せぼね し し りょうて ・心臓や肺の音、皮膚の病気、背骨や四肢（両手 りょうあし しょうたい しら 両足）の状態についても調べます。 ない かけんしん とき けっかくけんしん うんどうけんしん ＊内科検診の時に結核検診、運動器検診
6月 1日(月) 16日(木)	けんしん 検診	1年 6年 うおめまえけんしん (魚沼前検診)	あ おこな も合わせて行います。 たいいく き おこな わず ＊体育着で行うので、忘れな も ように持ってきてましょう。
4月23日(木)	にようけんさ 尿検査	ぜんがくねん 全学年	なか とう けつえき ・おしっこの中にタンパクや糖、血液などが はい 入っていないかを調べます。
4月24日(金)	じていしゅつび 1次提出日	みていしゅつしや 未提出者	あさ お ＊朝起きて、すぐのおしっこをとります。
4月28日(火)	じついかひ 1次追加日		
5月18日(月)	じていしゅつび 2次提出日	がいとうじどう 該当児童	
5月19日(火)	じついかひ 2次追加日		
5月27日(水)	がんかけんしん 眼科検診	ぜんがくねん 全学年	め びようき ・目に病気がないかどうかを調べます。
4月16日(木) 23日(木)	じ び か 耳鼻科 けんしん 検診	4～6年 1～3年	みみ はな びようき ・耳・鼻・のどに病気がないか しら どうかを調べます。
5月14日(木) 28日(木)	し か けんしん 歯科検診	1～3年 4～6年	ば は びようき は なら ・むし歯や歯ぐきの病気、歯並び しら あさ は などを調べます。朝の歯みがき わず を忘れずにしてきましょう。