



ほけんだより

令和7年（2025年）5月
西宮市立段上小学校
保健室

保健目標は1年間を通して

「手洗い・換気をがんばろう」です。

4月から身体測定や視力検査など、たくさんの健康診断が始まりました。みなさん、測定の順番が来たらドキドキと緊張をしている様子でした。まだまだ健康診断が続きます。確認していきましょう！

眼科健康診断： 5月 15日（木）

眼科健康診断では目の様子を眼科のお医者さんにみていただきます。ライトが少しまぶしいけれど、目を閉じないようにしましょうね。並んで静かに受けましょう。

- ① 眼科の先生の前に行きます。
- ② ペンライトの光をしっかりと見ましょう。
- ③ 目の下を「ベー」と下げましょう。



耳鼻咽喉科健康診断： 5月 21日（水）

耳鼻咽喉科健康診断では、耳や鼻・のどの様子を耳鼻咽喉科のお医者さんにみていただきます。

1・3・5年生は全員、2・4・6年生はアンケートから症状が多く、健康診断が必要となった人が対象です。

①右耳→②左耳→③鼻→④のど の順に検査をします。

耳が隠れないように、髪を耳にかける、髪型を工夫するなどしましょう。

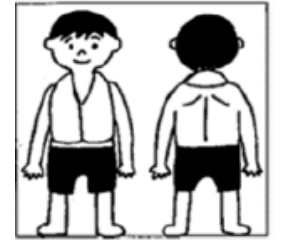


内科健康診断：5月 26日（月）

内科のお医者さんが、胸の音や背骨のかたち、身体の動きを確認します。

服装：体操服、または体操服に準じた服装
髪の高い人は背骨がしっかり見える髪型
必要な人のみ胸元をおおうバスタオル
（学校でタオルの貸し出しはありません）

タオルの使い方



- ① 順番が来たら上の服を脱ぎます。
（タオルは首からかけたまま、健診を行うことができます）
- ② 前を向いて胸の音を聞いてもらいます。
- ③ 後ろを向いて背骨や肩の様子を確認してもらいます。

※健診の進み具合により下校時間が遅くなる場合があります。

保護者の皆様へ

内科健康診断について

- ・ 内科健康診断の日は、健診の進み具合によって下校が遅れる可能性があります。
- ・ 背骨の視触診も行います。髪の高い人は背中がよく見えるように、髪を横で結ぶなど、ご家庭で工夫をお願いいたします。
- ・ 希望されるお子さんは、胸元にあてるバスタオルを内科健診日に持参ください。タオルを忘れた場合、学校からの貸し出しはありませんのでご注意ください。

耳鼻咽喉科健康診断について

- ・ 耳鼻咽喉科健診については、1年生・3年生・5年生は全員実施し、2年生・4年生・6年生は事前アンケートから対象のお子さんを決定します。対象者は症状が多い方、聴力検査で異常のある方、受診歴を記載されていない方等です。

帽子を持たせてください

- ・ 急に暑くなりました。日陰は涼しいですが、運動場など日差しの下では太陽光が熱く感じます。水分摂取とともに、帽子の着用も声をかけていきますので、ご家庭から帽子を持参していただきますように、ご協力をお願いいたします。

～健康診断のアンケートにご協力いただき、ありがとうございました～

4月にみられた感染症

インフルエンザB型、感染性胃腸炎、溶連菌感染症、水痘（みずぼうそう）