

令和7年4月8日
港区立小中一貫教育校
赤坂学園 赤坂小学校

ほけんだより

ご入学、ご進級おめでとうございます。

4月は、健康診断など皆さんの体について知る行事がたくさんあります。自分の体について知るよい機会です。しっかり受けましょう。ほけんだよりでは保健行事やこどもたちの健康に関することをお知らせしていきます。よろしくお願いいたします。

4月の保健行事

7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
1年生保健書類 配布	保健書類提出日 (2～6年)	尿検査容器配布 1年保健書類提出日	発育測定4年 尿検査提出日	発育測定3年
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
発育測定5・6年	発育測定2年	発育測定1年	尿検査追加提出日	視力検査6年
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
心臓検診1年+α	視力・聴力検査 5年	視力・聴力検査 2年	内科健診 全学年	視力検査4年
28日(月)	29日(火)	30日(水)		
	昭和の日	視力・聴力検査 3年		



お世話になる校医の先生方を紹介します





ほけんしつ って どんなところ？

けがをしたとき、
かんたん
な手当
をします。



からだの調子
が悪いとき、
ベッドやソフ
アで休むこと
ができます。



悩み事があっ
たり落ち込ん
だりしたと
き、話を聞い
たりします。



心やからだに
ついて知りたい
ことがあると
き、勉強するこ
とができます。



保健室に行くときは、担任の
先生にことわってから来るよう
にしましょう。(きんきゅうの
場合をのぞく)

おしっこ の正体は？



…正解は、血液！

血液は食べ物や飲み物からとっ
た水分や栄養を全身の細胞に

届けると同時に、細胞から出たごみを腎臓へ運
びます。

腎臓では血液から余分な水分・ゴミをこし取
り、きれいにします。この余分な水分・ゴミがお
しっこ(尿)です。

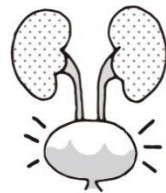
だから腎臓が病気になると尿がうまく出なく

なったり、血液のバランスがおかしくなります。
しかも、ほとんどは症状が出ないまま進行し、
治ることもありません。

この腎臓の病気をみつけるために行うのが
尿検査。必ず提出してくださいね！

ちなみに

おしっこが赤くないのは、
血液を赤くするヘモグロ
ビンが腎臓へ運ばれる
途中で壊れるからです。



保護者の方へ



●定期健康診断について

- ・ 4月から6月にかけて定期健康診断を行います。お忙しいとは思いますが、書類や検査物の提出等
ご理解ご協力をお願いします。
- ・ 健診の結果、専門医による再検査・治療が必要な場合は「結果のお知らせ」の用紙をお渡ししていま
すので、受診をお願いします。受診後、用紙の下についている「診断の結果」を切り離して担任までご
提出ください。
- ・ 発育測定の日、高い位置でのポニーテール、また頭上にヘアピン、ヘアゴム等がありますと正確に
測定することができませんので、ご注意ください。