

4月

# ほけんだより

中能登町立鹿西小学校  
2026・4・8

学校の桜も満開に咲き、新年度のスタートを喜んでくれているようです。

ほけんだよりでは、心と体の健康を守り楽しい学校生活を過ごしていくための情報をお知らせしていきたいと思っています。



ことしもよろしく  
おねがいます。

養護教諭の北野です。

## 健康診断が始まります

健康診断って？  
なにをするの？

みなさんの体に  
病気や異常がないかを  
調べます  
詳しい検査や  
治療を受ける  
きっかけに



自分の体のことがわかります

成長のようすや  
どのくらい健康か  
知る手がかりに



自分の体のことを考える機会です

「もっと健康になるには？」  
「これからも健康でいるには？」  
いっしょに考えましょう



## 校医の先生方をご紹介します



内科	安田医院	安田紀久雄	先生
歯科	和泉歯科	和泉忍	先生
耳鼻科	山崎耳鼻咽喉 クリニック	山崎芳文	先生
眼科	ふき眼科 クリニック	清水ふき	先生
薬剤師	中島薬局	中島登	先生

### 4月の健康診断

10日(金)

身体測定・視力(全学年)  
聴力(1・2・3・5年)

14日(火)

眼科検診  
全学年

16(木)

歯科検診  
1・3・5年

21日(火)

歯科検診  
2・4・6年

23日(木)

耳鼻科検診  
全学年

30日(木)

内科検診  
2・4・6年

こんなときは

# 保健室



ケガをしちゃった

先生に話を聞いてほしい

体がしんどい

体のことを知りたい

なんとなく教室にいたくない

など



保健室は「みんなのための場所」。  
具合の悪い人が休んでいることもあるので、静かに過ごしてね。

## 保健室に来る前 これだけはしておこう

先生やお友だちに伝える



いきなりいなくなると  
びっくりするよ。

傷口が汚れているときは  
水道水で洗う



外でケガをしたときは  
特に念入りに。



これはお家で  
お願いします。

- お薬がほしい
- 昨日・一昨日のケガの  
てあて  
手当をしてほしい
- 家でケガしたんだけど手  
当てしてほしい

お家の方へお願い  
町のカードを使わな  
いでください。  
現金で支払いお願い  
します。

## 日本スポーツ振興センターの 災害共済給付制度が使えます

学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

学校の管理下でのケガ等が対象です



授業中



課外指導中



休憩時間中



通学中

など

3割負担の場合、自己負担の総額が1,500円以上の医療費が対象です

医療受診した時は学校にお知らせください