

すこやか

苫小牧西小学校ほけんだより
第1号（二計測事前指導用）
令和7年4月8日（2～6年生）
4月9日（1年生）

あうちの方へ

かくしゅけんこうちようさひよう ていしゆつ ねが
各種健康調査票の提出をお願いします



2～6年生は4月8日付で、1年生は4月9日付で「健康調査票」「四肢の
状態検査」「アレルギー調査」などをお渡ししています。期日までに記入もれの
ないようにお願いします。※4月15日（火）まで提出



令和5年度より（腎臓病検診）尿検査の方式が変わり、腎臓病問診票が追加になっています。問診票は尿検査
前に市教委に提出する流れですので、4月15日までに遅れることなくご提出よろしく願いいたします。



けん こう しん だん 健康診断は なんのため？

- ①からだがどれだけ大きくなっているか知るため
- ②かくれた病気を見つけて、はやくなおすため
- ③健康の大切さをして、より健康な生活をすごすため



にゆうがく しんきゆう
入学・進級おめでとうございませう！

あたらしい いちねんがスタートしました。一年間、病気や
ケガをしないように気をつけて、元気いっぱい楽しく
すごしましょう。

ほけんだより「すこやか」は、保健行事や体や心
の健康のことなどについてのおしらせです。わかりや
すく楽しいお便りを心がけていきますのでぜひ読んで
くださいね。あうちの人にも見せてくださいね。

4月のけんさ

日にち	曜	学 年	けんさ項目
8日	火	2～6年	健康調査票配付
9日	水	1 年	健康調査票配付
10日	水	5 年	聴力検査
11日	金	2 年	聴力検査
14日	月	3 年	聴力検査
15日	火	6 年 全学年	二計測・視力検査 健康調査票回収
16日	水	3 年	二計測・視力検査
17日	木	2 年	二計測・視力検査
21日	月	5 年	二計測・視力検査
22日	火	4 年	二計測・視力検査
23日	水	1 年	二計測・視力検査
24日	木	すみれ	二計測・視力検査
28日	月	1年・すみれ	聴力検査
30日	水	全学年	尿検査機材配布 （※5月1日尿検査1次）

よろしくおねがいします！

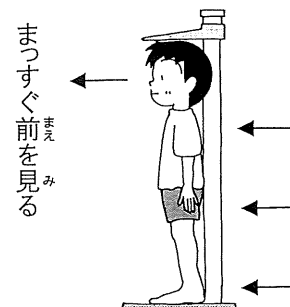
ほけんしつ
いそかど ち え
磯角 智恵 です

みなさんが元気に学校
生活をおくるためのお手つ
だいをします。気軽に声
をかけてくださいね。



二計測の
うけかた

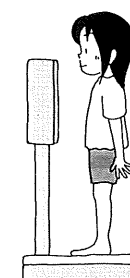
しん ちょう
身長 せのたかさ



まっすぐ前を
見る

せなか・おしり・かかとが
きちんと柱につくようにす

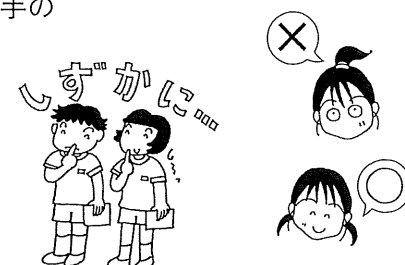
たい じゅう
体重 からだのおもさ



のりおりは
しずかに
しましょう

ふくそう
・ちゃん

- そくていする時は、上はTシャツやタンクトップ、下は薄手の
短パンやスパッツなど厚手ではない洋服が望ましいです。
- 当日は脱ぎ着のしやすい洋服を着てきましょう。
- 前の日は、お風呂に入ってせいけつにしましょう。
- しずかにならぶ。おしゃべりをしません。
- 女子は、かみの毛を頭の中央で結びません。
- 人の結果をのぞきません。



しりよく
視力けんさ

どのくらい見えるかしらべます



※普段めがねを使っ
ている人は、めがねを
わすれずに！

ちようりよく
聴力けんさ

耳のきこえをしらべます



※前の日は耳そうじを
わすれずに！