

# てのひら



ほけんだより

令和7年4月10日  
東京都立北特別支援学校長  
村上 卓郎

入学・進級おめでとうございます。

新年度がスタートしました。新しい学年、新しい友達、新しい先生。緊張したりドキドキしたりすることがある反面、楽しみなこといっぱいあると思います。最初は頑張りすぎず、自分のペースを大切にしていきましょう。

児童・生徒の皆さんが楽しく元気な学校生活を送れるよう、保健室スタッフ一同お手伝いさせていただきます。一年間、どうぞよろしくお願いたします。

## ☆☆☆ 保健室からのお知らせ ☆☆☆

4月から定期健康診断が始まります。

別紙「**令和7年度 定期健康診断カレンダー**」で日程を御確認ください。健康診断関係の配布物や提出物が多くなりますが、御協力お願いいたします。

### 【提出物について】

○健康診断前保健調査、心臓検診調査票、結核検診問診票（小中のみ）

既にお渡ししています。まだ提出されていない方は速やかに提出をお願いいたします。

○尿検査・・・全員

尿検査容器は  
4月15日頃に配布

4月23日（水）、24日（木）  
5月に2回、6月に1回あります

### 【在校中の服薬の介助について】

- ・「服薬の準備について（お願い）」をClassiにて配信いたします。よくお読みください。
- ・昼に臨時薬（毎日のお薬以外の抗アレルギー薬等）を服用される場合は、毎日必ず連絡帳への記入をお願いします。記入されていない場合は、保護者に電話等で確認できるまでは服薬できませんので御了承ください。

### 【衛生用品（生理用品）について】

- ・児童・生徒用に衛生用品（生理用品）を準備しています。トイレ等に用意していますので、学校で生理用品の使用を希望するお子さんは、担任又は養護教諭にお知らせください。

## ☆☆ 保健室スタッフの紹介 ☆☆

### 常勤看護師

石森利恵(今年度より) 岡 千寿 村上志乃(今年度より)

### 主任非常勤看護師

林下・藤井

### 総合非常勤看護師

田中・外山

### 非常勤看護師

岡本・柿木・加藤・北川・北原・小林・齊藤・佐藤・村主・鈴木・関口・瀬戸口・高柳・田村・中島・根岸・堀・本島・村上・森本・杉崎(今年度より)・日向寺(今年度より)

### 養護教諭

赤池杏奈(今年度より) 星野由佳

よろしくお願いたします



## 校医の紹介

- 内科：今井祐之先生（北療育医療センター）
- 歯科：田中俊一先生（たなか歯科医院）
- 耳鼻科：北嶋整先生（北嶋医院）：今年度より
- 眼科：大鹿京子先生
- 整形外科：岡田真明先生（赤羽病院）  
小崎慶介先生（心身障害児総合医療療育センター）
- 神経科：藤田之彦先生（あしかがの森 足利病院）
- 薬剤師：山口能子先生



## 4月の保健目標

# 自分のからだを知ろう！！

健康診断は、毎年成長する体の様子を知るため、また、学校で元気に活動できる状態かを調べるために行います。

体の不調につながる病気があれば早く見つけることも大切な目的です。自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。

自分の体を知り、健康を整えリズム良く学校生活を送れるようにしていきましょう。

## 健康診断

## こんなことを調べます

### 身長 体重

### 身体測定

去年と比べてどれくらい大きくなったかな？  
太りすぎや痩せすぎではないかな？

### 目

### 眼科検診、視力検査

見えづらくなっていないかな？  
目の病気はないかな？

### 耳・鼻

### 耳鼻科検診、聴力検査

聞こえづらくなっていないかな？  
病気の疑いはないかな？

### 歯

### 歯科健診

歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？  
むし歯や歯肉炎などはないかな？

### 心臓 肺

### 内科検診

からだの中の病気はないかな？

内科検診では、ほかにも  
目やのどの様子、皮膚の  
病気がないか、栄養状態  
なども診ています

### おしっこ

### 検尿

おしっこに病気のサインが  
隠れていないかな？



朝いちばんの  
おしっこを  
とってください！

