



入学・進級
おめでとうございます

さあ！新年度がスタートしました。
心と身体を学校モードに！！



入学・進級おめでとうございます。新しい環境、新しい友達にワクワクしている人も多いのではないのでしょうか？

さて、皆さんは「穀雨」という季節を表す言葉を知っていますか？

やさしい雨が降り、田植えの準備がそろそろ時期で、今年は4月19日。この頃に、蒔いた種はよく育つといわれています。

新しい学年になった皆さんは、将来のためにどんな種を蒔きますか？皆さんが蒔いた種が大きく育つよう、今年度も保健室から心身の健康をサポートしていきたいと思います。よろしくお願いします。

健康ってなんだろう？

体の健康

病気やケガなく
過ごせること

心の健康

いきいきと
自分らしく
いられること

生活の健康

友だちや家族と
いい関係で
いること



保健室は、みなさんが「健康」でいられるよう、お手伝いするところ。ケガをしたときだけでなく、困っていること、聞きたいことがあるときも、ぜひ来てくださいね。

保健室からのお願い

☆☆保健室を利用するときは☆☆

【利用前は…】

★原則、休み時間の利用です。授業にかかりそうな時は、休み時間に職員室へ行き、教科担当の先生もしくは担任の先生に申し出をして、保健室へ来てください。

誰にも言わずに保健室へ来ることがないように！！

★内服薬は用意していません。安易に薬を服用することで病状が悪化したり、副作用も心配されるからです。服薬する必要がある人は医師の診察を受け、処方された薬を持参するようにしてください。

【利用中は…】

★応急手当を受ける時は、次のことを教えてください。

いつ → どこで → 何をしていた → どうなった → 現在の症状は？

★休養している人のことを考えて静かにしましょう。

★保健室にある物を使用するときは一言声をかけてください。

【利用後は…】

★保健室連絡票を持って退室し、授業中の場合は授業の先生へ、授業以外の時間の場合は担任の先生へカードを渡してください。





日程を確認し、しっかり準備しましょう！！
日頃から体調を整え、検診日に欠席することがないように
しましょう！体操服忘れなどにも注意してくださいね。

「いつも通り」じゃもつたいない！

知っておこう 健康診断の目的

知る

学校で勉強したり、
運動したりするときに
支障がないか、調べる

学ぶ

自分の健康に
関心を持って、
健康について学習する

どれくらい成長したかを知ったり、見直す
生活習慣はないか考えるなど、健康診断を
有効に活用できるといいですね。



健康診断 スケジュール

	期日	対象	時間	備考
X線撮影	4月18日(木)	1年生	8:30~12:30	・体操服、ジャージ準備
心電図			8:30~12:00	
検尿(一次)	4月19日(金) 予備日:5月1日(水)	全生徒	登校直後クラスで回収	・朝読後に保健委員が保健室へ提出
身体測定 視力・聴力	4月23日(火)	全生徒		・新体力テストと同日実施 ・視力検査は自教室にて実施 ・聴力検査は1・3年のみ
内科	5月16日(木) 5月17日(金)	全生徒	5校時~	・体操服準備
検尿(二次)	5月22日(水)	該当者のみ	登校後提出	・各自保健室に持って行く
耳鼻科	5月24日(金)	1年生	6校時~	・耳、鼻をきれいにしておく
歯科	6月12日(水)	2年生	5校時~	・昼休みに必ず歯磨きをしておくこと
	6月13日(木)	1年生		
	6月14日(金)	3年生		
眼科	6月20日(木)	1年生	6校時~	・前髪が眼にかからないようにしましょう

健康診断等でお世話になる先生方です。



学校医 今西 建夫 先生 (小江原中央病院)
 学校医 鶴田 雅子 先生 (つるた医院)
 学校医 佐々木 豊裕 先生 (さくら内科)
 学校歯科医 山崎 隆夫 先生 (山崎歯科医院)
 学校歯科医 川谷 石太郎先生 (川谷歯科医院)
 学校薬剤師 七嶋 和孝 先生 (ななしま薬局)

~先生方、よろしくお願ひいたします~