



令和6年4月8日 NO.1

大泉町立西中学校

保健室

今月の保健目標 「自分の健康状態を知ろう」

進級・入学おめでとう



入学進級おめでとうございます。心地よい緊張感の中、新年度が始まりましたね。皆さんの表情がキリッと引き締まっているように感じます。

新しい出会いが多いこの時期は、ワクワクすることが多い一方、環境の変化から体調を崩すこともあります。早めの休養を心がけましょう。

今月の保健目標は「自分の健康状態を知ろう」です。健康診断が始まります。健康診断では、みなさんの身体の成長具合や病気などの異常はないかを調べます。各検診で何を調べているかを知り、正しく受ければ、検診結果を生かして、元気に生活していくためにはどうすればいいかがわかります。大切な機会を逃さないようにしましょう。

健康診断が始まります

日付	健康診断の種類	どんなことをする健康診断なの？	気をつけること
4月9日 (火)	身体測定	身長と体重を測り、どれくらい成長したか、バランスよく成長しているかを調べます。	上：白の半袖体育着 下：ハーフパンツ、靴下ぬぐ 髪型は頭の上で束ねないようにしましょう。
	聴力検査 (1・3年生)	耳がよく聞こえているか、難聴はないかを調べます。	髪の毛が耳にかからないようにしましょう。
	視力検査	どれくらい見えているかを調べます。	メガネやコンタクトを使っている人は、検査の日忘れないようにしましょう。
4月16日 (火)	尿検査	腎臓の病気がないか、糖尿病がないかを調べます。	前日(15日)に容器を配布します。詳細お知らせを配布します。
4月17日 (水)	尿検査予備日		
4月15日 (月)	歯科検診 (1年生)	歯科医の先生に、歯と口の中が健康かどうか、検査してもらいます。むし歯はないか、歯並び・歯肉の状態・顎関節に異常はないかをみてもらいます。	給食の後の検診のため、昼休み中に歯磨きを行います。 ●保護者の皆様へ 歯磨きセットを当日持参してください。お手数をおかけしますが、よろしくお願ひします。
4月23日 (火)	歯科検診 (2年生)		
4月24日 (水)	歯科検診 (3年生)		

# 保健室の利用について

保健室では騒がないでね!

学校でケガをしたり体調が悪くなったときに  
応急手当や一時休養ができます

こんなときにもぜひ  
保健室へ来てください

手当の際に「いついつから」  
「どこが」「どうしたのか」など、  
自分の状態を  
説明してください。

体や心、健康について  
知りたいことがあるとき

困ったことや相談したい  
ことがあるとき

休養は原則1時間です。  
よくなるまでは  
早退を勧めます。

身長や体重などを  
測りたいとき

※保健室では内服薬をあげたり、  
翌日以降の継続した手当ではできません。

※先生に伝えてから来室しよう。  
また、緊急でないときは休み時間に利用するようにしてください。



養護教諭の結城遥香です。

入学・進級おめでとうございます🎉  
西中生が毎日元気いっぱいにご過ごせ  
るように、心と体の健康をサポート  
していきたいと思います!今年度も  
どうぞよろしくお祈りします。

## ◎保護者の皆様へ（お願い）

1. 新学期の忙しい時期ですが、提出物のご協力をお願いします。
2. けがの手当について  
基本は、学校生活でけがをしたときに、応急手当をします。翌日など継続的な  
手当はしません。また、痛み止めや胃腸薬等の内服薬は渡せません。
3. 保健室の休養は原則1時間です。回復の見込みがなく、これ以上学習の継続が  
困難と判断した場合は、早退となります。
4. けが等で受診が必要な場合も連絡します。学校からの連絡がとれるようにしてく  
ださい。また、緊急連絡先が変更になった場合は、必ず学校にお知らせ下さい。

保健関係提出物	学年			期 限	注意していただきたいこと
	1	2	3		
保健調査票	○	○	○	4/12 (金)	連絡がとりやすい連絡先を記載してください。 「健康上学校に知らせておきたいこと」につい て、なるべく詳細に記入をお願いします。
結核問診票	○	○	○	4/12 (金)	必ず今年度の欄に記載してから提出してくださ い。(未記入のまま提出しないでください)
保険証コピー写	○	○	○	4/12 (金)	保険証の有効期限を注意してください。 病院を受診する際に使用します。
運動器検診問診票	○	○	○	4/12 (金)	保護者の方と一緒にやってください。 内科検診の参考資料になります。