

ほけんだより 4月

あいかわなかはらちゅうがっこう
愛川中原中学校

ほけんしつ れいわ
保健室 令和7年4月8日 第1号

入学・進級おめでとうございます。新たな学校、新たなクラス、新たな仲間、様々な環境の変化が嬉しくもあり、不安も多いのが4月だと思います。まずは自分自身の健康を大切に、焦らず、マイペースに新学期をスタートさせていきましょう。

ほけんしつ 保健室から

はじめまして

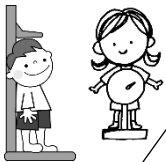
今年度、愛川中原中学校
養護教諭の高橋涼夏です。
みんなが安心した気持ちで
学校生活を過ごせるよう、
保健室からサポートしてい
きたいと思っています。い
つでも気軽に声をかけてく
ださい！

保健室は昇降口入って右手奥
にあります！
職員玄関と放送室の間です。

あいかわなかはらちゅうがっこう ほけんしつ 愛川中原中学校 保健室について

発育測定

休み時間や放課後の時間
に、いつでも身長や
体重を測ることができ
る場所です。先生に声を
かけてください。



健康診断

4～6月の健康診断で使
用することの多い場所です。

健康相談

困ったことがあった
とき、気になること
があったとき、相談
できる場所です。



ほけんしつ 保健室とは こんなところですよ!!

救急処置

けがをした！体調が
すぐ優れない…そんなときに
利用できる場所です。



★保健室の利用の仕方★

- 保健室に行くときは、担任の先生や教科担任の先生、学年の先生などに伝えてから来ましょう。
 - 保健室にあるものは、声をかけてから使しましょう。（勝手に使わない！）
 - 保健室や保健室の周辺では静かに過ごしましょう。
 - けがをしたときは傷口を水できれいに洗ってから来ましょう。
 - 保健室で処置を受けた時は、帰宅してから必ずおうちの人に報告しましょう。
 - △ 保健室で診るけがは学校で起きたけがのみです！家で起きたけがは診ることができません。
 - △ 保健室では、飲み薬や目薬等を処方することができません。
- ※保健室でできる処置は、医療機関へつなぐまでの応急的なものです。

みんなでルールを守り、安心して休養することのできるあたたかい場所にしましょう！

保護者の方へ

中学校3年間は、心や体、周囲の環境の変化にせわしい毎日だと思います。生徒のみなさんが、心身ともに健康な毎日を過ごせるよう、保健室からもサポートさせていただきたいと思っております。
新年度は保健関係の提出物や、健康診断の実施など、保護者の方々のご理解・ご協力をいただく場面が多くあるかと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

★4月の定期健康診断について★

健康診断は、毎年6月30日までに 行くと法律で定められています。忙しくてバタバタしている新学期ですが、健康診断がスムーズに進められるよう、ぜひ協力をお願いします。

① 身体計測・視力検査・聴力検査 (2年生は聴力検査がありません)

4月9日(水) 自分の学年を要チェック↓

- 1年生 … 2校時：身体測定・聴力測定 3校時：視力検査
- 2年生 … 3校時：身体測定 4校時：視力検査
- 3年生 … 3校時：視力検査 4校時：身体計測・聴力測定

<場所>

- 身体測定…保健室 ○ 聴力検査…会議室 ○ 視力検査…教室

<身体計測の時の服装>

- ・半袖・短パン・裸足で行います。

靴下は教室で脱いでください！

<注意事項>

- ・当日は高い位置で髪の毛を結ばない。
- ・普段、メガネやコンタクトレンズを付けている人は、普段通りつけたまま行います。

メガネを持っている人は忘れずに持ってきてください！(忘れてしまうと後日再検査です)

- ・検診中は静かにしてください。

② 尿検査(1次)

4月17日(木) 1時間目開始までに提出！

- ・登校したらすぐに教室で提出→代表者がまとめて保健室へ。
- ・4月16日(水)、教室で容器等を配付します。
- ・月経中の方は、次回5月2日(金)の二次検査の日にも提出ができます。
- ・容器の予備はほとんどありません。無くさないように注意してください。

③ 内科検診

4月24日(木) 9:00~

- ・上は体操着、下は短パンまたはジャージで行います。
- ・髪の毛の長い生徒は、一つにまとめておいてください。
- ・心臓の小さな音を聞きます。移動中、待機中は静かにしてください。

<心臓病検診について>

5月8日(木) 10:40~

- 対象：1年生と昨年度末検査者
- ・4月中旬に【心臓病調査票】を配付します。
- 期日までに提出をお願いします。

痛みの全くない検査です。
安心してください。

