



ようこそ保健室へ

こんにちは。養護教諭の  
 柘原 若菜 です。  
 みなさんが心も体も健やかに  
 過ごせるよう、お手伝い  
 します。1年間、よろしく  
 お願いします!



ご入学・進級おめでとうございます！新しい環境、新しい友だちにワクワクしている人も多いと思います。でも、張り切りすぎて疲れてしまわないように、自分のペースで新しい生活をスタートさせてください。保健室もみなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートしていきます。

健康ってなんだろう？

<b>体の健康</b> 病気やケガなく過ごせること	<b>心の健康</b> いきいきと自分らしくいられること	<b>生活の健康</b> 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をするとこです。けがや体調不良の時だけでなく、困っていること聞きたいことがあるときも利用してください。

### 保健室はこんな場所です

ケガの手当てをしてくれる	体調が悪いときに休める	悩みを相談できる	体や心について聞ける
--------------	-------------	----------	------------

健康診断がはじまります

どうして毎年するの？

健康診断の目的は「どれくらい成長したか」「病気の疑いがないか」を調べることに。結果をこれからの生活に役立てることも、大切なポイントです。

- 検診を受けるときは…
- ① 静かに待ちましょう
  - ② 忘れ物に注意！  
特にメガネを使っている人は忘れずに

③ 邪魔にならない髪型に

検診日は、なるべく欠席しないようにしましょう！

「健康診断」で何がわかるの？

<b>身体測定</b> バランス良く成長できているか。肥満や、やせはないか。	<b>視力検査・眼科検診</b> 見えにくくなっていないか。目の病気はないか。
<b>耳鼻咽喉科検診</b> <b>聴力検査</b> 聞こえにくくなっていないか。耳・鼻・のどの病気はないか。	<b>歯科健診</b> むし歯や歯周病はないか。歯並びやかみ合わせの状態はどうか。
<b>運動器検診</b> 骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。	<b>尿検査</b> 腎臓の病気や、糖尿病などはないか。
<b>内科検診</b> 心臓や肺、皮膚などに異常はないか。貧血はないか。栄養状態に問題はないか。	<b>心電図検査</b> 心臓に病気や異常はないか。

# 保健関係行事日程表



学校医さんの都合で、急遽予定が変更する場合があります。ご迷惑をおかけします。

日付	時間	行事	対象	使用場所
4月12日(水)	3年 1h 2年 2h 1年 3h	身体測定(身長・体重) 視力 聴力	全学年  聴力のみ 1・3年	体育館、各教室 保健室
4月17日(月)	13:30~	心電図検査	1年生 学年外2名	保健室
4月19日(水)	8:50まで	尿検査 1日目	全学年	保健室
4月20日(木)	8:50まで	尿検査 2日目	全学年	保健室
4月19日(水)	13:30~	歯科健診	3年生+45組	保健室
4月24日(月)	13:30~	眼科検診	1・3年生 2年生アンケート抽出	保健室
4月26日(水)	8:50まで	尿検査 二次	対象者	保健室
4月27日(木)	13:20~	歯科健診	1・2年生	保健室
5月10日(木)	8:50まで	尿検査 二次予備日	対象者	保健室
5月10日(水)	13:30~	内科検診 (四肢、結核健含む)	2年生、4, 5組	保健室
5月11日(木)	13:30~	耳鼻科検診	1年生	保健室
5月24日(水)	13:30~	内科検診 (四肢、結核健含む)	3年生、 前回欠席者	保健室
5月31日(水)	13:30~	内科検診 (四肢、結核健含む)	1年生、 前回欠席者	保健室

《その他保健関係行事》フッ素洗口(月2回)、口腔衛生月間行事(5月)

《調査表関係》眼科事前アンケート調査(2年生)、耳鼻科調査(1年生)、水泳希望調査