

# ほけんだより

令和6年4月  
西多賀中学校 保健室



新入生の皆さん入学おめでとうございます。  
2・3年生の皆さん進級おめでとうございます。  
いよいよ新年度が始まりました。「早寝」「早起き」  
「朝ごはん」「運動」を大切にして、心も身体も  
健康に過ごしましょう！

生徒の皆さんが毎日元気に学校に通  
えるようサポートしていきます。保護  
者の皆様にもご協力いただく場面もあ  
りますので今年度もどうぞよろしくお  
願いします。



養護教諭 伊藤由季乃

## 令和6年度 定期健康診断予定表(4月分)

月日	時間	検査項目	対象生徒	ポイント
4/11(木)	1・2校時	身長・体重・視力・聴力	3年生	眼鏡やコンタクト使用中の人は 忘れずに持ってくる。前日に耳 掃除をしてくる。
	3・4校時	身長・体重・視力	2年生	
	5・6校時	身長・体重・視力・聴力	1年生	
4/15(月)	3校時	身長・体重・視力・聴力	柏学級	
4/17(水)	8:50~	歯科検診	全生徒	朝に必ず歯磨きをしてくる。
4/25(木)	9:00~	耳鼻科検診	柏(1・3年生)	耳掃除をしておく。鼻をかんで おく。耳が出るように、髪の毛を まとめたり、耳にかけたりする。
			3年生	
			1年生	
4/25(木)	朝	尿検査(一次)	全学年	朝一番の尿を忘れずに提出す る。
4/26(金)	朝	尿検査(一次の予備日)	前日忘れた人	
4/30(水)	13:30~	心臓病検診	1年生	体の力を抜いて、リラックスし て検査を受ける。

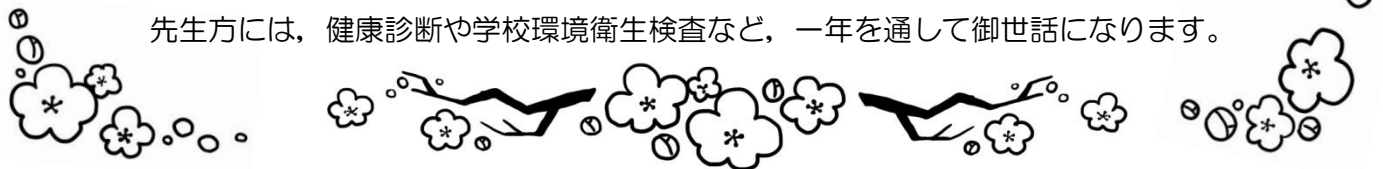
※日程や時間に変更になった場合は、保健だよりでお知らせいたします。

## 校医の先生方の御紹介

- 管理校医 興野 春樹 先生 (興野内科医院)
- 眼科校医 高野 章子 先生 (とみざわみなみ眼科クリニック)
- 耳鼻咽喉科校医 堀 容子 先生 (堀耳鼻咽喉科)
- 歯科校医 尾形 聡 先生 (アイボリー歯科)
- 薬剤師 阿部 孝英 先生 (大野薬局)



先生方には、健康診断や学校環境衛生検査など、一年を通して御世話になります。



## 《発育測定・視力検査・聴力検査について》

### 《服装》

発育測定をするときは、半袖体育着・ハーフパンツを着用する。

※気温に応じて、計測前は長袖長ズボンを着用可。

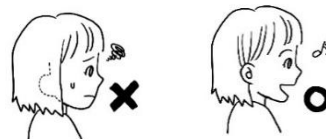
### 《髪型》

身長計測や、聴力検査のさまたげにならない髪型をする。

(髪を結ぶ場合は、ポニーテールは避け、耳の下で2つに結んでください。)

聴力検査では耳ができるようにしよう！

(1・3年生)



## 保護者の皆様へ

### 《朝の健康観察について》

進級・入学おめでとうございます。お子様たちは、新学期になり、期待と不安で緊張しながら過ごしていることと思います。この時期は、体調を崩しやすいので、登校前にご家庭でも朝の健康観察をお願いいたします。体調が優れないときには、病院受診や自宅療養をおすすめします。

体調不良（頭痛・腹痛・何となくだるい）を訴えていませんか？

熱っぽくありませんか？眼はうるんでいませんか？

元気はありますか？

夜、眠れていますか？

朝、すっきり目覚めていますか？

生活のリズムを作ることが大切です。「早寝」「早起き」「朝ごはん」、そして「登校前にトイレに入る時間の余裕」等、生活のリズムづくりにご協力をお願いいたします。

### 《保健室利用について》

お子様が保健室で休養した場合に、すべてのご家庭に連絡をしているわけではありません。担任や養護教諭が必要と判断したときに連絡をいたしますので御了承ください。

子どもたちには、将来を見据えて、自分の健康状態を自分で把握し、相手が分かるように言葉で伝えられるようになってほしいと考えています。「けが、体調が悪くなったとき、学校での体調の様子をご家庭で話す⇔ご家庭での体調の様子を学校で話す。」という行動がコミュニケーション能力の育成につながります。子どもたちが成長するために、どうぞご協力をお願いいたします。