



★☆☆一年生の皆さん、初めまして☆☆★

保健室は、皆さんが毎日元気に充実した学校生活が送れるように、体と心の健康を見守り、サポートしていきます。

さて、いよいよ新学期がスタートします。新しい生活にドキドキしていると思いますが、「早寝・早起き・朝ごはん」などの基本的な生活習慣を大切にして、体調を崩さないように気をつけていきましょう！



健康診断が始まります



学校における定期健康診断は、確定診断を行うものではなく、心配や疑いのある疾患を選び出す「スクリーニング（選別）」です。精密検査のお知らせを受け取った場合は、なるべく早く医療機関を受診してください。

【健康診断の予定】

実施日	項目	対象	内容
4月 8日（月）	身体計測検診	全校生徒	身長、体重、視力 ※1
12日（金）	眼科検診	中学1年生、高校1年生	眼の病気や異常がないか
17日（水）	内科検診①	中学1年生(全クラス) 高校1年生(4クラス)	栄養状態、心臓や肺の音、皮膚、背骨や運動器に異常がないか
18日（木）	歯科検診	全校生徒	歯、歯肉、歯列、顎関節に異常がないか
22日（月）	内科検診②	中学2年生、中学3年生	栄養状態、心臓や肺の音、皮膚、背骨や運動器に異常がないか
24日（水）	耳鼻科検診	中学1年生、高校1年生	耳、鼻、喉の病気や異常がないか
5月 14日（火）	内科検診③	高校2年生(全クラス) 高校1年生(2クラス)	栄養状態、心臓や肺の音、皮膚、背骨や運動器に異常がないか
15日（水）	内科検診④	高校3年生(全クラス) 高校1年生(2クラス)	

※1：中学1年生は心電図・聴力、高校1年生は心電図・聴力・レントゲン、中学3年生と高校3年生は聴力検査も行います。

※2：内科検診と同時に運動器検診も実施します。

【尿検査の予定】

実施日	項目	対象
4月 23日（火）	尿検査一次	全校生徒
24日（水）	尿検査予備日	4月24日の未提出者
5月 13日（月）	尿検査二次検査	一次検査有所見者 一次検査未提出者

尿検査を 忘れない工夫

- ◆容器をトイレのドアに貼っておく
- ◆容器を枕元に置いて寝る



尿検査では腎臓やぼうこうの病気や、糖尿病などのチェックを行います。生理中の場合は、提出しないでください（再検査になってしまいます）。4月23日、24日の両日ともに提出できない場合は、5月13日に提出してください。

♪ お世話になる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方を紹介します ♪

	名 前		名前
学校医（内科）	小沼 宗心先生	学校歯科医	榎戸 崇先生
	原 由美子先生		大石 義也先生
学校医（耳鼻科）	荒井 秀一先生	学校薬剤師	早川 美奈子先生
学校医（眼科）	石橋 寧子先生		



みんなの保健室

ルールやマナーを守って
利用しましょう

ケガの応急手当や 具合が悪い時の一時休養に	身体や心の健康について 知りたい時・調べたい時	悩みを抱えている時
担任の先生や教科担当の先生に 断ってから利用します おねがいね	他の人の迷惑にならない ように静かに入ります	保健室ではできない事 ☆ 内服薬はあげられません。 ☆ 継続した手当はしません。 (治療は病院で受けましょう。) ☆ 長時間の休養は出来ません。 (休養は原則 2 時間まで。)

～スクールカウンセラー 山崎先生から～

相談室クオレのカウンセラーをしています山崎さなえです。
来校日は毎月の「保健だより」を通じてお知らせいたします。

相談は予約制です。予約の方法は以下の方法があります。

- ①担任・学年の先生を通じて申し込む。
- ②保健室を通じて申し込む。
- ③カウンセラーに直接申し込む。

来校いただいての面接の他、お電話でお話を伺うこともできます。
どうぞお気軽に相談室をご利用ください。

