ほけんだより 4月号

相模原市立清新中学校
保健室
令和７年４月８日
NO. 1

進級・入学おめでとうございます！ 新しい学年、新しい先生、新しい友達・・・たくさんの『新しい』に出会うみなさんは、わくわくドキドキしているでしょうか。新生活に慣れるまでは、疲れやすいものです。そんな時ほど、早寝早起き朝ごはん、日々の生活リズムを整えて一年間のスタートを健康に過ごしましょう。

健康診断の目的は、①自分の健康状態について知る、②自分の成長について知る、③自分の体に関心をもつことです。年に１回の貴重な機会です。各検診ごとに事前に配付される「ほけんだより」を読んで、準備してください。検診後に結果の通知（治療勧告等）を受け取った時は、速やかに医療機関を受診してください。

実施日	検査項目		時間	対象者
４月９日（水）	身体測定		１～３校時	全校生徒
４月１５日（火）	尿検査	一次	８：４５までに回収	全校生徒
４月３０日（水）		二次	８：４５までに回収	一次陽性者 一次未提出者
５月７日（水）	内科検診		９：００～	ときわぎ、３年生、2-1～3
５月２０日（火）			１３：００～	2-4～7、1-1～2
５月２７日（火）			１３：００～	1－3～8
５月１４日（水）	眼科検診		９：００～	１年生、ときわぎ ２・３年抽出者
５月２９日（木）	心臓・心電図検査		９：００～	１年生 ２・３年抽出者
６月　４日（水）	耳鼻科検診		９：００～	１年生、ときわぎ ２・３年抽出者
６月１９日（木）	歯科検診		８：５０～	全校生徒

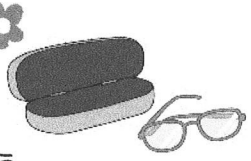
◎色の見え方に不安がある人は健康相談をしますので、保健室まで来てください。

お世話になる学校医の方々

内科：　中野史郎 先生、二俣健 先生　　眼科：　松本美保 先生
歯科：　河原武紘 先生、滝野正義 先生　　耳鼻科：原田克也 先生
薬剤師：　池嶋謙 先生

明日４／９（水）は、身体測定です

～身長、体重、視力、聴力（１・３年）の測定があります～



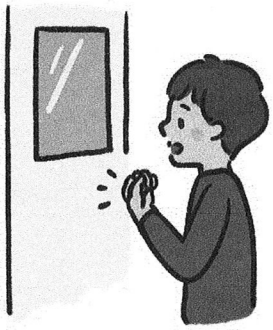
- 体操着を忘れずに持ってきましょう。
- 普段、めがねやコンタクトを使用している人は忘れずに持ってきましょう。
- 記録用紙に新しいクラス・出席番号・名前を記入しましょう。
- 髪を結んでいる生徒は、高い位置で結ばないよう注意しましょう。

保健室の利用方法

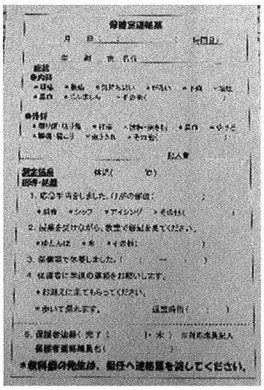
みんなが気持ちよく利用するために、守ってほしいルールがあります。

《保健室のルール》

・できるだけ**休み時間に利用する**ようにしましょう。
・担任の先生または授業の先生に伝え、
職員室で『保健室連絡票』をもらってから、
来室してください。
・移動教室でのけが、昼休み中のけがは直接保健室に来てください。
（※それ以外のけがは『保健室連絡票』が必要です。）



保健室に入ったら・・・
・学年、クラス、名前
・症状やケガした状況
を教えてください。



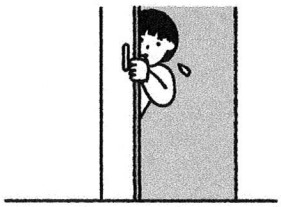
保健室連絡票

保健室でできること◎

◎ケガの救急処置

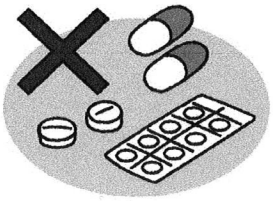
◎具合が悪い時の一時休養

◎心配事や悩み等の相談



◎体や健康について学ぶ

できないこと✖



✖お薬はだせません

✖継続した手当はできません

発熱しているとき、問診等の聞き取りをして授業に戻れないときなどは、早退になります。

こんにちは！養護教諭の長田と須藤です。みなさんが心も体も健康に過ごせるようにサポートしていきます！毎月のほけんだよりや掲示物では健康情報を発信していきますので、ぜひ見てください。よろしくお願いします。