

ほけんたより



城西中学校



入学・進級おめでとうございます。

今年度の養護教諭は阿部 典子と山岡 美由紀です。保健室からみなさんが心身共に健康に学校生活を送れるようサポートしていきます。よろしくお願いいたします。



健康診断が始まります♪

4月から6月にかけて、たくさんの健康診断が予定されています。自分がいつ何の健診を受けるのかチェックしておきましょう。

～4月の健康診断の予定～

日時	健診	学年	注意事項
4月14日(月) 1年生 1・2時間目 2・3年生3・4時間目	身体計測	全学年	・ 全員体操服 で測定します。 ・ 常時メガネやコンタクトレンズを使用している人は、 忘れず持ってきてください。
4月23日(水) 13:30～	内科健診	3-1～3-5	・ 聴診器を使う検査です。 騒いでいては検査ができません。必ず静かに しましょう。 ・ 体操服 で行います。
4月28日(月) 13:30～	心電図検査	1年生全員	心臓の検査をしています。 検査場所に 着いたら必ず静かにしましょう。 ・ 体操服 で行います。

学校医・学校薬剤師の先生を紹介します

皆さんの健康の保持増進のために、健康診断等でお世話になります。

【内科】 南 定 先生
浅井 幹夫 先生
久保 貴之 先生
岡 信晃 先生

【耳鼻科】 高岡 司 先生
【眼科】 中荃 敏明 先生
【歯科】 佐々木英機 先生
折原 佳実 先生
【薬剤師】 木内 義人 先生



～保健室を紹介します～



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

保健室では、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ます。「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

☆保健室を利用するときはルールを守りましょう☆

- ❖ 体調不良・けがなどで保健室を利用するときは必ず担任の先生か教科担任の先生か学年の先生かに言って「**保健室利用カード**」を記入してもらってください。カードがないと保健室に入れません。（* 緊急時を除く）
- ❖ **保健室の利用は1日1時間が基本**です。体調が良くならない場合は、家に帰って休みましょう。
- ❖ 保健室では継続的に手当をしたり、薬をあげたりすることはできません。（応急手当のみ可能です）**必要な救急医薬品等は家から持ってきて**きましょう。

体のメンテナンス チャンス!



健康診断



保健室へ来たら教えてほしい 6つのポイント

ケガをしたときや調子が悪くなったときのあなたの状況を教えてください。

- ① いつ
- ② どこで
- ③ 体のどこが
- ④ だれと
- ⑤ どうして
- ⑥ どうなった

