



令和6年4月11日
荒川区立原中学校
保健室

入学・進学おめでとうございます。

環境が変わってワクワクしている人もいれば、ドキドキ緊張している人もいることでしょう。たくさんの経験をして、この一年間で心も体も健やかに成長していったほしいです。

さて、今回の「ほけんだより」では保健室利用のルールと来週から始まる健康診断についてお伝えします。



保健室利用時のルール

- ① 体調が悪いときは次の授業の先生に事情を説明し、『保健室連絡票(利用カード)』にサインをもらってから来室します。授業中の場合は先生へ断ってから来室してください。体育などで授業中にケガをして来室する場合、カードは必要ありません。
- ② 保健室での休養は1時間程度とし、体調が改善しないときは保護者に連絡をして早退になります。
- ③ 保健室で内服薬の投与はしません。ケガの手当ては、その日の学校生活で起きたケガのみです。
- ④ 保健室内では静かに過ごしましょう。保健室内の物を使うときは先生に許可をとってから使いましょう。

健康診断が始まります！

検診名	月/日(曜日)	対象	連絡事項
内科健診 学校医：小原共雄先生	4/15(月)	2年	服装：体育着 (上：半袖、下：長ズボンも可) 身長体重はこの日に測ります
	4/19(金)	1年	
	4/22(月)	3年	
尿検査1次 (腎臓検診)	4/22(月)	全員	・容器は19日(金)に配布予定 ・寝る前に必ず排尿する ・当日、朝一番の中間尿を取る (中間尿：少し排尿してからコップに取る)
尿検査1次予備日 (腎臓検診)	4/23(火)	未提出者	
尿検査2次 (腎臓検診)	5/10(金)	対象者のみ	
身体測定 (視力聴力のみ)	4/26(金)	全員	持ち物：メガネ (ふだん使っている人は忘れずに)
心臓健診	4/26(金)	1年+対象者	服装：体育着 (上：半袖、下：ハーフパンツ)
歯科健診 学校医：稲垣善信先生 協力医：阿久津先生	5/30(木)	全員	朝ごはんの後、 必ず歯を磨いてきてください
眼科健診 学校医：鈴木由美先生	6/6(木)	全員	前髪が目にかからないように してきてください (短く切るか、ピンで留めてくる)
耳鼻科健診 学校医：岡坂健司先生	6/10(月)	1年	耳を出せる髪型で来てください (結ぶかピンで留める)
	6/11(火)	2・3年	

なぜ健康診断をやるの？

健康診断はかけがえのない、皆さんの体を守っていくために毎年行っています。
今、元気なんだから受けなくてもいいじゃん！ではないのです。今の状態を続けていくためには健康かどろかをチェックして、異常があれば早いうちに病院に行き、詳しく診てもらい、必要があります。(これは大人になっても同じですね。)
検診後は「結果のお知らせ」をよく読んで、受診の必要がある人は早めに病院で診てもらいましょう！