



ほけんだより

令和7年4月

弥栄中学校保健室

進級・入学おめでとうございます



春休みを終え、新学期がスタートしました。心とからだの調子はどうですか？
養護教諭の坪倉勢津子と申します。出身は網野町です。趣味は、散歩、釣りなど、外で遊ぶことが好きです。

皆さんが、健康な学校生活を送れるように、心と体のサポートをしていきたいと思っています。よかったら、保健室をのぞいてみてください。

どうぞ、よろしくお願いします。

自分の体の発育と健康状態を知ろう

4月から6月にかけて、色々な検診をします。発育・健康状態を調べるために、必要な検診ばかりです。
相談したいことがあれば、知らせてください。

4月の保健行事

- 9日(水)2校時…3年身体測定、視力・聴力検査
- 9日(水)3校時…2年身体測定、視力検査
- 11日(金)2校時…1年身体測定、視力・聴力検査
- 14日(月)13:30～…3年内科検診

◎身体測定・視力検査について

準備物 体操服(Tシャツ・短パン)、めがね

コンタクトは、外さずにそのまま測定します。担当の先生にコンタクトをつけていることを伝えてください。

◎内科検診について

準備物 体操服(Tシャツ・短パン)

一人ずつ保健室に入ってもらいます。学校医の先生に、栄養状態、皮膚・心臓といった内科的な部分と、脊柱・運動器(骨や関節など)といった整形外科的な部分をみてもらいます。

保護者様へ

お子様の心身のことで、ご心配なことがありましたら、お知らせください。

さて、これから6月にかけて健康診断があります。検診・検査の結果につきまして、異常があった場合にのみ通知させていただきますので、ご了承ください。なお、学期末に「健康の記録」を配布しますので、そちらでもご確認ください。

検診や検査でお世話になる先生

<学校医>

上古 操 先生(弥栄病院)

<学校歯科医>

森岡 信明 先生(森岡歯科医院)

<学校薬剤師>

山中健史 先生(大宮町河辺 ゆう薬局)



裏面に続く

保健室の利用について

保健室は、けがをした時や具合が悪い時に利用する部屋です。カウンセリングを希望する人も受け付けています。用事がある人のみ入室するようにしましょう。

㊟入室のルール

- ①名前・用事をはっきり言う
- ②さわいだりゴロゴロしたりしない



㊟利用時間について

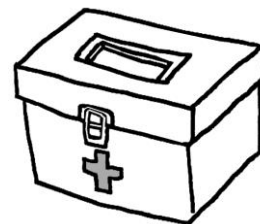
基本的には休憩時間中です。もしも、授業中や部活動中に具合が悪くなった場合は、先生に伝えてから来てください。休養時間は、1 時間までとします。

㊟備品について

体温計・爪切り・身長計など、保健室にあるものは先生の許可を得てから使ってください。

㊟生理用品について

生理用品を2・3階女子トイレに置いてあります。準備できずに困っている人は、使ってください。



㊟貸し出し服について(体操服・カッターシャツ)

貸し出し服には限りがあります。忘れないようにしましょう。

忘れたら職員室から電話し、持ってきてもらいましょう。持ってきてもらえない場合にのみ貸し出しをします。使ったら、洗ってすぐに返却してください。



学校でも歯をみがきましょう！

9日から給食が始まります。むし歯や歯周病の予防、口の中の清潔のためにも、給食の後に歯をみがきましょう。歯ブラシセットを持ってきてください。

◎場所…ランチルーム手洗い場(田んぼ側1・2年、校舎側3年)

◎注意事項…①歯みがき粉は使ってもよいですが、貸し借りはやめましょう。

②歯みがき中は、食べている生徒の方には行かないでおきましょう。

③歯みがき終了後は、すみやかにランチルームを退室しましょう。