

# 保健だより4月号



令和8年 4月10日(金)

墨田区立文花中学校 保健室

ご入学・進級おめでとうございます。心新たに頑張ろうと思っている人も多くいると思います。環境が変わると体や気持ちがとても疲れやすくなります。早めに寝て、体をゆっくり休めてください。朝は、1日のエネルギーになる朝食をしっかり食べて、元気に過ごしましょう。

## \*\*保健室の利用方法\*\*

### ・先生に断ってから来室しましょう

体調が悪い時に保健室を利用する場合は、次の授業の先生と学年の先生に断ってからにしましょう。職員室で学年の先生から「保健室連絡カード」をもらってから保健室にきてください。

### ・来室理由をしっかりと伝えましょう

「いつから」「どこが」「どんな状態なのか」を伝えてください。今、一番いい対応と一緒に考えましょう。「失礼します」「失礼しました」のあいさつも忘れずに。

## \*\*保健室のルール\*\*

### ・休養は1時間まで

体調が悪く休養する時間は原則1時間です。1時間以上になる場合は、早退を検討します。

### ・保健室では学校でのけがの応急処置のみ行います

家でのけが、継続した手当(ガーゼのはりかえなど)は、ご家庭でお願いします。

### ・勝手に物をさわらない

薬品やばんそうこう、ベッドなどに勝手に手を触れてはいけません。身長計や体重計などを利用したい時は、先生に一声かけてから使いましょう。



<保護者の皆様へお願い>

保健関係の提出物は以下のとおりです。ご記入いただき、**13日(月)**までに提出をお願いします。

- ・『保健調査票』(白色二つ折り) ※全員
- ・『結核健康診断問診票』 ※全員
- ・『心臓検診調査票』(A4白) ※1年生のみ

## 令和8年度 定期健康診断日程一覧

| 月  | 日  | 曜日 | 時間          | 健診項目          | 対象         | 場所                | 備考                        |
|----|----|----|-------------|---------------|------------|-------------------|---------------------------|
| 4  | 13 | 月  | 9:50~10:40  | 身体計測          | 3年         | 体育館<br>格技室<br>会議室 | 体操着<br>1時間目に準備、4時間目に片付け含む |
|    | 13 |    | 10:50~11:40 |               | 1年         |                   |                           |
|    | 13 |    | 11:50~12:40 |               | 2年         |                   |                           |
| 4  | 14 | 火  | 13:30~14:15 | 眼科健診          | 全校         | 保健室               |                           |
| 4  | 16 | 木  | 9:00~11:30頃 | 歯科健診          | 3年・2-1・2-2 | 保健室               |                           |
| 4  | 20 | 月  | 9:20まで      | 腎臓検診(尿検査)1次   | 全校         | 各教室               |                           |
| 4  | 21 | 火  | 13:15~14:30 | 耳鼻科健診         | 全校         | 保健室               |                           |
| 4  | 22 | 水  | 10:20まで     | 腎臓検診(尿検査)1次予備 | 対象者        | 保健室               |                           |
| 4  | 30 | 木  | 9:00~11:30頃 | 歯科健診          | 2-3・1年     | 保健室               |                           |
| 5  | 11 | 月  | 9:20まで      | 腎臓検診(尿検査)2次   | 対象者        | 保健室               |                           |
| 5  | 13 | 水  | 10:20まで     | 腎臓検診(尿検査)2次予備 | 対象者        | 保健室               |                           |
| 5  | 14 | 木  | 9:00~11:00  | 内科健診          | 全校         | 保健室               | 体操着                       |
| 5  | 15 | 金  | 9:00~11:30頃 | 心臓検診          | 1年、2・3年対象者 | 会議室               |                           |
| 10 | 1  | 木  | 9:00~       | 秋季歯科健診        | 対象者        | 保健室               |                           |
| 11 | 16 | 月  | 昼休み・放課後     | 色覚検査          | 1年         | 保健室               |                           |
| 11 | 17 | 火  | 昼休み・放課後     |               |            |                   |                           |
| 11 | 18 | 水  | 昼休み         |               |            |                   |                           |
| 11 | 19 | 木  | 昼休み・放課後     |               |            |                   |                           |

※欠席した場合、後日、学校医で受けることができます。別途お知らせします。事前に欠席することがわかっている場合には、他学年の実施日に健診を受けることができます。お知らせください。

### 【学校医の先生方】

| 職名  | 学校医名      |
|-----|-----------|
| 内科  | 下山田 和裕 先生 |
| 眼科  | 岡田 修 先生   |
| 耳鼻科 | 大西 正樹 先生  |
| 歯科  | 難波 幸一 先生  |
| 薬剤師 | 川松 いずみ 先生 |



各健診前には、健診の目的や受け方について説明します。よく聞いて、健診に臨みましょう。

健診で所見があった場合には、健診後にお知らせを配布します。早めに医療機関を受診しましょう。

所見がない場合には、7月に「健康の記録」を配布します。確認してください。