



令和 8 年 4 月 6 日
墨田区立桜堤中学校
保健室



新しい一年が始まりました

入学・進級おめでとうございます。

新しい環境や友だちとの出会いにワクワクする反面、緊張気味の 1 年生。

ひとつ上の学年で気持ちを新たに一層頑張ろうと気合いを入れている 2, 3 年生。

そんなみなさんが、充実した学校生活を送れるように、保健室から応援していきます。



健康診断もスタートします

来週の身体計測から、今年も健康診断がスタートします。中学生のこの時期は、からだや心が大きく変化する時期です。戸惑うこともあるかもしれませんが、こんなに大きく変化する時期は「今」しかありません。

健康診断は自分のからだの変化を知り、からだと向き合う時間です。しっかりとした態度で健康診断を受けましょう。



内科 石原 哲 先生

(東京曳舟病院 TEL3611-6363)

眼科 岩城 泰久 先生

(いわき眼科クリニック TEL3610-1698)

耳鼻科 吉田 礼於那 先生

(吉田クリニック TEL5655-1133)

歯科 木津喜 広 先生

(ヒロデンタルクリニック TEL3611-0093)

薬剤師 尾之内 基寛 先生

(しんせい薬局東向島 TEL3617-8905)

4 月の保健行事予定

実施前に保健だよりを配布します

- 14 日(火) 身体計測 全学年
- 16 日(木) 歯科検診 3 年生、I 組
- 21 日(火) 腎臓検診 全学年
- 22 日(火) 腎臓検診予備日
- 24 日(金) 内科検診 3 年生、I 組

保護者の皆様へ

健康観察について

桜堤中学校では、毎日の健康観察をシャボテンログで行っています。登校前のご家庭で健康観察をよろしくお願いいたします。また、検温等の忘れがないよう、ご家庭でもお声かけをお願いいたします。

保健関係書類について

新年度の保健関係書類の記入にご協力ありがとうございます。1 年生は、特に記入量が多くお手数をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

健康診断の結果について


6 月まで各種健康診断が続きますが、治療や詳しい検査が必要な場合のみ、お知らせをお渡しします。夏休み前に、全ての健康診断の結果を一覧にした「健康の記録」をお渡ししますので、ご確認ください。

※身体計測の結果は、お子さんが記入したものを持ち帰りますので、ご確認ください。

4月14日（火）は全学年の身体計測です

からだの成長を確認するチャンス。ポイントを知って上手に受けましょう。

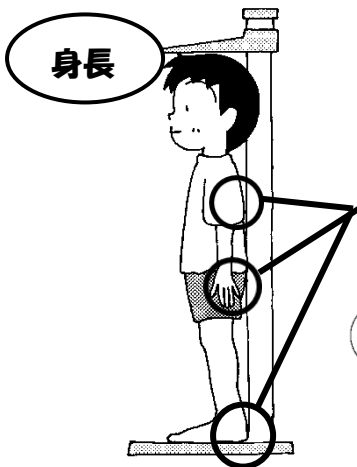
持ち物・服装

- ・体育着で登校する。
- ・体重は半袖・短パンで計る。他の項目はジャージ着用をしてもよい。
- ・メガネを使用している人は忘れずに持ってくる。 

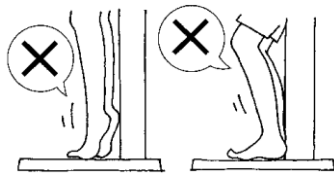
測定順・会場

クラスによって順番のスタート位置が違います

この順でまわる
身長 } 体育館
体重 }
視力 ランチルーム
聴力 (1・3年のみ) 難聴教室

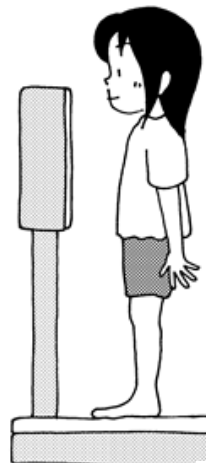


- ・背・おしり・かかとを柱につける。
- ・肩の力を抜いて、腕はまっすぐにおろす。
- ・背伸びや、ひざを曲げてはいけません。



体重

- ・乗り降りは静かに。
- ・半袖・短パンで計測します。



聴力

- ・1・3年生のみ行う。
- ・まずは右耳にレシーバーを当てて測定する。
- ・音が聞こえている間中、手元のボタンを押す。



視力

- ・右目から測定するので左目を自分の手で覆う
- ・いつも眼鏡を使用している人で、裸眼視力も測定したい人は測定担当の先生に申し出る。
- ・コンタクトレンズ使用者は測定時に、測定担当の先生に申し出る。



※運動器検診は、ご家庭で保健調査票に記入する内容と、普段の生活からの様子の観察をもとに行います。