

ほけんだより 4月

令和4年4月
佐世保市立日宇中学校保健室

入学・進級おめでとうございます。新しい出会いがあり、希望と不安でいっぱいのことと思います。

コロナ禍の3度目の新年度となり、元どおりの学校生活を送るにはもう少し時間がかかるようです。今年度もしっかりと感染対策をし、様々な経験をしてほしいと思います。皆さんが様々な経験を重ねながら成長できるよう、保健室からもサポートしていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。



保健室 みんなの元気



【保健室利用のマナー】

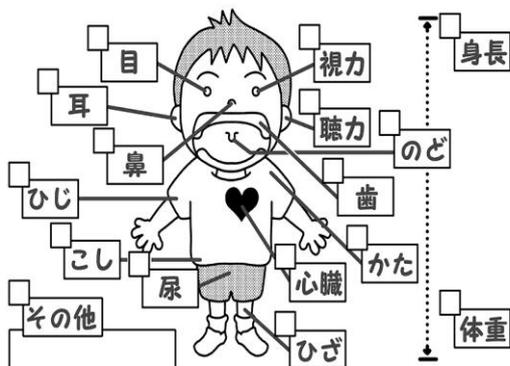
- ・緊急の場合以外は、保健室利用カードを担当の先生や教科担当の先生に書いてもらいましょう。
- ・入退室するときは、あいさつをして静かに過ごしましょう。
- ・身長計などの備品を勝手に触らず、使ったものは元に戻しましょう。

【生理用品について】

日頃から、生理用品は各自で準備をしていますが、持っていない時に必要になった場合は、保健室に準備している物を利用できます。困っているときは、一人で悩まずに相談してください。

健康診断が始まります

気になるところを☑してみよう



～健康診断が大切な理由～

- ・体の発育や発達の様子、健康状態がわかる
- ・病気や異常を早期に発見でき、早期治療につながる
- ・自分の体のことを知り、関心を持つきっかけになる
- ・より健康になるための課題（健康目標）に取り組むことができる

健康は私たちが生きていく上で欠かせないもののひとつです。勉強も、趣味や遊びも、体や心が元気であればこそ、楽しく充実したものになります。学校での健康診断は、みなさんの「いま」の健康をチェックするとともに、将来にわたって健康に過ごせるように、その方法やポイントを学ぶ場でもあるのです。

《定期健康診断予定》



検診項目	期 日	時 間	場 所	対 象 者	検診医・検査機関
身体測定 視力検査 脊柱検査	4月12日(火)	1・2校時 3・4校時 5・6校時	体 育 館 保 健 室 会 議 室 他	3年生 2年生 1年生	
検 尿(1次)	4月14日(木) 15日(金)	1校時開始前までに 提出	保 健 室	全学年	ラボテック
内 科 検 診	4月14日(木) 4月25日(月) 4月26日(火) 5月20日(金)	13:50~	保 健 室 会 議 室	1年生 2年生男子 3年生 2年生女子	外尾学校医 石坂学校 原学校医
心電図検査	4月19日(火)	8:50~16:00	会 議 室	1年生	佐世保市医師会 保健センター
検 尿(2次)	5月 9日(月) 10日(火)	1校時開始前までに 提出	保 健 室	1次陽性者 1次もれ者	ラボテック
検 尿(3次)	5月24日(火)	1校時開始前までに 提出	保 健 室	2次陽性者	ラボテック
歯 科 検 診	4月22日(金) 5月25日(水)	9:00~	保 健 室 会 議 室	2・3年生 1年生	大久保学校歯科医 鳥羽学校歯科医
聴 力 検 査	5月23日(月) 5月26日(木)	2~4校時 1~4校時	会 議 室	3年生 1年生	
耳鼻科検診	5月31日(火) 6月21日(火)	13:50~	保 健 室	3年生 1年生	大里耳鼻科医
眼 科 検 診	6月 2日(木)	14:00~	保 健 室	1年生	外尾眼科医

健康診断 …「身だしなみ」もしっかり準備

● 歯をみがく



● 爪を切る



● お風呂に入る



● 清潔な服装



● 髪型を整える



● 低い位置で結ぶ



〈準備物等〉

身体測定…体操服

視力検査…メガネ

コンタクトレンズ

内科検診…体操服・ジャージ

ハンドタオル(女子)

心電図検査…体操服

ジャージ・タオル

歯科検診…朝食後の歯みがき

耳鼻科検診…前日の耳掃除

眼科検診…メガネ

コンタクトレンズ

保護者の方へ 学校で行う健康診断は、集団の中から、疑いのある者を選び出すもの(スクリーニング)です。病院などの医療機関で受ける検査とは異なりますので、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。また、健康診断でわかるのは、受けたその日の健康状態ですので、ご家庭での毎日の健康観察・健康管理もお願いします。その中で気になられることや検診の先生に相談したいことがありましたら、担任または養護教諭までご連絡ください。