



R7. 4. 8
石橋中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます

新年度がスタートしました。新しい学年、新しい友達、新しい環境……。たくさんの「新しい」に出会うみなさんは、わくわく・ドキドキで、毎日が緊張の連続ではないでしょうか？『夜は意識して早く寝る』『好きな音楽を聴く』など、自分にあったリラックス法を見つけ、疲れをためないようにしましょう。みなさんが健康で安全な生活ができるようにお手伝いをしていきたいと思います。

4月保健目標：自分の体を知ろう



健康診断が始まります ～令和7年度健康診断日程～

	1 年 生	2 年 生	3 年 生
身体計測 視力・聴力検査	4月11日（金） ※ 視力検査があるので、めがねを持っている人は忘れずに持ってきてください。		
内科検診	6月11日（水）	1～3 組：6月11日（水）	6月19日（木）
		4～6 組：6月19日（木）	
眼科検診	5月16日（金）		
耳鼻科検診	4月25日（金）	1～3 組：4月25日（金）	5月2日（金）
		4～5 組：5月2日（金）	
歯科検診	5月14日（水）	1～3 組：5月14日（水）	5月21日（水）
		4～5 組：5月21日（水）	
心臓検診	4月24日（木）		
腎臓検診	4月16日（水） ※二次：5月9日（金）・・・該当生徒のみ		

* 学校で行われる健康診断はスクリーニングです。病気の有無を見つけ、医療機関で詳しく検査し、治療を行うものです。学校から「受診のお知らせ」を配付しても、必ず病気があるということではありません。「異常なし」と診断されることもありますので、ご理解をお願いします。

* 検診・検査が済んだ項目から「受診のお知らせ」を配付しますので、受診後「報告書」を担任に提出してください。

お世話になる学校医の先生方

内科：新島 聡先生（新島内科）
角田 卓也先生（角田内科）
眼科：蒔田 万理先生（まきた眼科）
耳鼻科：佐藤 貴恵先生（佐藤内科）
歯科：山崎 宏先生（山崎歯科医院）
土肥 豊先生（どい歯科医院）
薬剤師：伊沢 泰直先生（伊沢薬局）



石橋中3年目の勤務になります。養護教諭の柴崎友里です。石橋中の生徒のみなさんが元気に楽しく中学校生活が送れるように、そして、生徒だけでなく保護者のみなさまにとっても「ほっと一息つける保健室」にしたいと思います。どうぞよろしくお願いします。



保健室を利用するときのルール

石橋中学校のみなさんのための保健室です。ルールを守って正しく利用してくださいね。

保健室ってどんなところ？

①けがの手当てができます

いつ・どこで・何をしてけがをしたのかを教えてください。「傷口は水で洗う」など**自分でできるところまではやってみましょう。**



②体調が悪い時に休むことができます

どこが・いつから・どんな風に辛いのかを教えてください。**原則保健室での休養は1時間です。**



③相談をすることができます

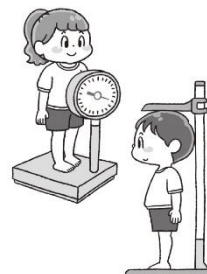
困ったことがあったらいつでも相談に来てください。一緒に考えられたらいいなと思っています。



④自分の健康状態を知ることができます

身長や体重など、自分の健康状態について知りたい時は声をかけてください。

※ 保健室のものをを使う時は、必ず先生に断ってから使いましょう。



★保健室を利用する時の約束★

◎保健室来室時は、**あいさつをきちんと**しましょう。

→「〇年△組の〇〇〇〇です。」のように言えるようにしましょう。

◎**必ず、担任の先生や授業の先生に伝えてから**来ましょう。

◎保健室を利用した時は、**「保健室利用記録簿」に自分で記入**しましょう。

◎先生が保健室にいないときは、職員室にいる先生に声をかけてください。

→先生がどこにいるかは、保健室の前に表示してあります。

◎休養している人のことも考えて、**保健室では静かに**過ごしましょう。

◎保健室にあるものは、**勝手に触らない**でください。



保護者のみなさまへ

新年度が始まり、保健関係の書類の提出が多くなりますが、期日までの提出にご協力をお願いします。

また、子どもたちも新しい環境になり、期待と不安でいっぱいのことと思います。朝の「いってらっしゃい」「気をつけてね」の一声が、子どもたちが学校で一日頑張るエネルギーになります。朝はお忙しいかと思いますが、ぜひ、一言声をかけていただけると幸いです。

