



令和7年4月9日  
逢妻中学校 保健室 No.1  
【4月保健目標】  
健康診断を通して自分の健康状態を知る

新年度が始まりました。みなさんいいスタートが切れましたか？新しいクラス、新しい先生との出会い、まだまだ慣れないこともあるかもしれません。環境が変化すると期待と不安でいっぱいになります。疲れたら少し休みながら、毎日を楽しく過ごせるといいですね。みんなで素敵な1年にしていきましょう！



## 保健室の先生紹介

今年度も二人の養護教諭が皆さんの健康な生活をサポートしていきます。よろしくお願ひします！



こづか 小塚 瞳です。今年もよろしくお願ひします。健康で楽しい1年にしましょう。

さそら 佐宗 良子です。今年度から逢妻中にきました。みなさんの力になれるよう頑張ります！

## 保健室のルール

### ★けがをしたときは

- ・何をしていて、どこをどのようにけがをしてしまったかを、なるべく詳しく伝えてください。
- ・授業中や部活動中にけがをした時には、必ず教科担任の先生や顧問の先生に伝えましょう。
- ・当日以外にしたけがで必要なばんそうこうや湿布の貼り替え等は自分で用意しましょう。

### ★体調が悪いときは

- ・1時間までは保健室で休養することができます。1時間休んでも授業に戻れない場合、熱がある場合などは、保護者の方に迎えに来ていただき早退します。
- ・保健室には痛み止めなどの飲み薬はありません。頭痛を起こしやすいなど、薬が必要な人は自分で用意しましょう。

## 今後の保健行事予定

検診日	検診項目	対象者
4月	15日（火）	聴力検査
	16日（水）	身体測定
	17日（木）	身体測定
	18日（金）	聴力検査
5月	1日（木）	歯科検診
	12日（月）	尿検査1回目
	21日（水）	心電図検査
	26日（月）	内科検診
	29日（木）	尿検査2回目
6月	2日（月）	内科検診
	4日（水）	耳鼻科検診
	5日（木）	歯科検診
	9日（月）	尿検査3回目
	23日（月）	内科検診

健康診断は、自分の健康状態を知る大切な機会です。体調を整えてなるべく欠席をしないようにしましょう。

