



さて、新しい1年のスタートです！1年生のみなさんには、なにかもが新しく、緊張の毎日なのではないでしょうか。2，3年生も新しいクラスで緊張があるかもしれませんね。

慣れない環境は、自分が思っているよりも疲れるものです。翌日まで疲れを引きずらないように休む時間もしっかりととりましょう。

何をするにも健康が基盤となります。みなさんが心も体も健康に充実した1年を過ごせるよう、保健室から精一杯サポートします！

☆☆☆健康診断が始まります☆☆☆

「またかー」「面倒くさい」「恥ずかしいからいやだな…」と思っている人はいませんか？健康管理は、まずは自分の体の状態を知ることから始まります！各自、日程や注意事項を確認して、どの検診も積極的に受けましょう。

また、尿検査は、決められた日時に忘れずに必ず提出しましょう！



◇平成 30 年度 健康診断日程◇

月	日(曜日)	時間	検査項目	対象	連絡事項
4	12日(木)	13:15~	結核検診(胸部レントゲン)	1年	上半身Tシャツ+体育着を着用
	12日(木) 13日(金)	9:50まで	尿検査	全学年	各クラス保健委員が回収し、朝のHR後に保健室へ提出
	13日(金)	11:00~	体位測定	全学年	全員体育着を着用！ ※メガネ・コンタクト使用者は、装着しておきましょう！
	17日(火)	13:10~	耳鼻科検診	1・3年	耳の掃除をしておきましょう！
	18日(水)	13:00~	内科検診①	2・3年	上半身Tシャツ+体育着を着用
	20日(金)	13:30~	循環器検診(心電図)	1年	Tシャツ+体育着を着用！
	25日(水) 26日(木)	9:00~	歯科検診	全学年	歯磨きをしてきましょう！
	27日(金)	13:10~	眼科検診	全学年	カラーコンタクト・アイメイク禁止！
5	23日(水)	13:00~	内科検診②	1・3年	上半身Tシャツ+体育着を着用

☆各クラスの検診順序は後日連絡します。

～学校医の先生方を紹介します～

内科校医	高橋 直典 先生
歯科校医	千葉 昭久 先生
耳鼻科校医	佐竹 順一 先生
眼科校医	星 秀二 先生
学校薬剤師	伊藤 信逸 先生

健康診断などで、
お世話になります。
先生方にお会いしたら
気持ちのよい挨拶を！



保護者のみなさまへ

健康診断へのご協力をお願いいたします

学校での健康診断は、お子様一人ひとりの発育や健康状態を把握するために行います。

病院などで受ける検査とは異なり、「学校生活を送る中で注意のいることはないか」「疾病の“疑い”はないか」を調べるものです。

学校から「受診勧告書」が届きましたら、早期の対応をお願いいたします。



☆☆☆保健室を利用するときのルール☆☆☆

☆保健室の利用が授業時間にかかる場合は、「保健室利用カード」を持参しましょう。

☆保健室では、応急処置を行います。診断や継続的な治療はできません。

☆保健室での休養は、原則として1時間までです。

☆保健室での携帯電話の使用・飲食は禁止です。

☆保健室には、配布用のマスク・生理用品などは、ありません。

☆保健室では、飲み薬を出すことはできません。

…1人1人の症状・体質に合う薬を処方できないため

…………… こんなときは、保健室に報告を ……………

・学校管理下（授業中・部活動中・登下校中等）でのけが等で、受診したとき

…スポーツ振興センターの災害共済給付の請求手続きをします！

・病院で学校感染症（インフルエンザなど）と診断されたとき

…出席停止の手続きをします！

～ その他、相談・報告したいことがあれば、いつでもどうぞ～

職員室に
あります！

売店で販売
しています！

各自で
準備を！

2年間よろしく
お願いします



◎自分の身体どれだけ知ってる？

「グーを作ってください」と言われたら、指を動かして拳を作りますよね？では、心臓をちょっと早く動かしてみよう。意識して動かせる人はいないはず。呼吸やまばたきも、意識して行っていないよ。体がどう動いているかは自分でも意外と知らないものなのです。

不調に自分では気づかないことだってあります。

健康診断は、自分では気づかない不調を早めに見つける手立てのひとつ。「元気だから健康診断なんて必要ない！」という人も、この機会に自分の身体に注目してみてください。

