

ほけんだより 4月

令和7年4月10日
狛江市立狛江第二中学校
保健室

にゅう がく しん きゅう
入学・進級
おめでとうございます

ご入学・ご進級おめでとうございます。

あなたは、新しい環境に「わくわく」と楽しみな気持ちですか？
それとも今は「どきどき」と不安でいっぱいになっていますか？

保健室は「わくわく」のあなたも、「どきどき」のあなたも応援しています。「誰に話したらいいかな」と迷ったときは、遠慮せず声をかけてくださいね。狛江二中を笑顔でいっぱいの学校にしていきたいと思います。

保健室はこんなところです

できること



できないこと

ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときには、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてきましょう。



治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。



保健室の先生はこんな人です③

4月に異動してきました。狛江市での勤務は初めてなので少しドキドキしています。「水色のエプロン」を見つけたら私です。みなさんが楽しく学校生活を送ることができるよう健康のサポートさせていただきます。よろしくお祈いします。

- ★保健室に来室していい時間は、基本的に「休み時間」と「放課後」です。
- ★授業中に保健室に行く時は、授業の先生に伝えるようにしましょう。



健康診断では、みなさんの体に病気や異常がないかを調べます。医療機関での受診が必要な場合は、検診後に個別にお知らせをお渡しします。手元に届いた人は、専門の先生に診てもらいましょう。

5月中旬以降の予定は
5月15日発行の
保健だよりに掲載します。

| 今後のスケジュール | 対象 | 備考 |
|--------------|---------|--------------|
| 4月11日(金)身体計測 | 全学年 | 体育着登校・メガネ持参 |
| 4月23日(水)眼科検診 | 全学年 | メガネ持参(使用者のみ) |
| 5月2日(金)心臓検診 | 1年生 | 体育着登校 |
| 5月8日(木)歯科検診 | 2AB・1年生 | |
| 5月14日(水)内科検診 | 2AB・3年生 | 体育着登校 |
| 5月14日(水)心臓検診 | 欠席者検診 | 防災センター・保護者同伴 |
| 5月15日(木)歯科検診 | 3年生・2CD | |

4月11日(金)身体計測について

身体計測では、「身長」「体重」「視力検査」「聴力検査」を行います。

※ただし、2年生は「聴力検査」は行いません。

【当日のお願い】

- ・会場はアリーナ(身長・体重)、武道場(視力)、第一音楽室(聴力)です。
- ・男女別の出席番号順で整列して、会場まで来てください。
- ・メガネを使用している人は、忘れずに持ってきてきましょう。
裸眼で計測をしてから、メガネを掛けて計測します。
- ・普段からコンタクトを使っている人は、コンタクトをしたまま視力検査をします。
- ・髪の毛が長い人は、身長を計測できるように横に結んできてください。



4月23日(水)眼科検診について



眼科検診では本校学校医の松田弘道先生に、眼の病気やアレルギーがないか診てもらいます。毎年多いのが「結膜炎」です。春はスギやヒノキの花粉の影響もあり、特に「アレルギー性結膜炎」と診断されることが多いです。普段からメガネやコンタクトを使用している人は、検診時もいつも通り使ってください。

5月8日(木)・15日(木)歯科検診について

本校歯科医の杉田礼司先生に、歯や口の健康の様子を診てもらいます。「今は大丈夫」という人も年齢を重ねると、歯だけではなく歯肉(歯ぐき)にダメージを受けていきます。どんなに丁寧にお手入れをしても、落としきれない汚れもあります。定期的にプロに診てもらいましょう。



5月14日(水)内科検診について

内科検診では本校学校内科医の染谷泰寿先生に、聴診器を使って心臓や呼吸の音を聞いてもらいながら、内科的な疾患がないか、皮膚や骨の異常がないかを診てもらいます。検診当日は、**体育着登校**となります。