



令和4年4月6日
龍ヶ崎市立龍ヶ崎中学校 保健室
文責：養護教諭



皆さんが毎日充実した学校生活を送れるように保健室から健康づくりを精一杯サポートします。養護教諭の鈴木紗知です。どうぞよろしくお祈りします。

新しい学校、学年、友達や先生……。沢山の「新しい」に出会う皆さんはワクワク・ドキドキしていることでしょう。気持ちだけが焦ってしまいがちですが、オーバーペースは禁物です。無理せず、ゆっくりと今の環境に合った生活リズムをつかんでいってくださいね。



なぜ健康診断をする？ なぜ大切？

健康診断は「法律で定められた学校行事」

学校保健安全法（第13条）では『学校においては、毎学年定期に、児童生徒等（通信による教育を受ける学生を除く。）の健康診断を行わなければならない』とあります。健康診断は、法律で実施が義務づけられている学校行事なのです。

大切な理由…健康診断の主な目的を知ろう

- 体の発育や発達の様子、健康状態を調べる
- 病気や異常を早期に発見して、早期治療につなげる
- 自分の体のことを知り、関心をもつきっかけになる
- より健康になるための課題（健康目標）に取り組む

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。勉強も、運動も、趣味や遊びも、毎日の生活は体や心が元気であればこそです。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。



- ☆ 学校医
五十嵐 俊夫 先生（いがらしクリニック）
秋本 学 先生（秋本脳神経外科）
- ☆ 学校歯科医
野上 雄一 先生（野上歯科医院）
島田 理 先生（島田歯科医院）
- ☆ 学校薬剤師
塚本 昭美 先生（長生堂薬局）

健康診断はもちろん、学校でけがをした、病気になったとき、学校保健委員会など、皆さんの健康的な学校生活を様々な面からサポートして下さる先生方です。

令和4年度 健康診断日程

保健関係提出物

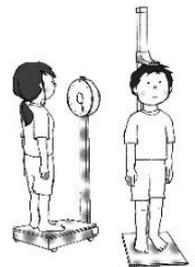


- 2・3年生は6日に配付します。
- 1年生は8日に配付します。
- 必要事項を記入し、個人情報ファイルに入れて提出してください。
- 生徒のみなさんも、おうちの人と一緒に確認してください。

身体測定 視力検査 聴力検査 (1・3年生) 色覚検査 (2年生の希望者)

- 2、3年生 11日(月)
- 1年生 12日(火)

- 身長・体重は半袖・ハーフパンツで測定します。
- 女子は、ポニーテールは避けてください。
- メガネ・コンタクト使用者は、忘れずに持ってきてきましょう。



尿検査 (全学年)



- 配付：4月15日(金)
- 提出：4月18日(月)朝、提出

- 朝起きてすぐの尿をとってください。
- 検査にもれた人や採尿できなかった場合は、5月9日(月)提出です。

歯科検診

- 6月1日(水) 1年生, 2年生, 3-1
- 6月8日(水) 3-2, 3-3, 3-4

- 忘れずに歯みがきをしましょう。
- むし歯や歯肉の異常があった場合は、必ず受診しましょう。



内科検診

- 5月13日(木) 1年生, 2-1, 2-2
- 6月 9日(木) 2-3, 3年生

- 心臓や肺の音、背骨や胸の骨、運動器、のど、皮膚の状態、栄養状態をみていただきます。

心臓検診

- 日程が決まり次第ご連絡します。

- 事前に「心臓病健診問診票」を配付します。記入をお願いします。



みんなの保健室 機能と役割を正しく理解して。。。!!

<p>けがの応急手当や 具合が悪いときの一時休養に</p>	<p>自分の体や健康について 知りたい時・調べたい時</p>	<p>悩みをかかえている時に</p>
<p>できるかぎり先生にことわってから 利用しましょう</p>	<p>ベッドで休んでいる人もいます 静かに利用しましょう</p>	<p>保健室にあるものは ひと声かけてから使いましょう</p>