

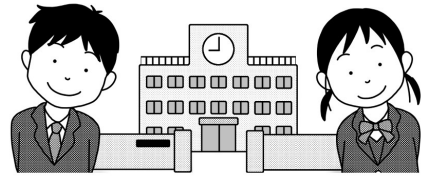
4月保健だよ！

令和8年4月23日
八王子市立長房中学校
保健室
NO.1

新学期が始まり2週間以上経ちました。少しずつ、新しい学校、新しい学級に慣れてきた頃でしょうか？みなさんは、今年度どんな1年にしたいですか？この1年間、みなさんが健康に過ごせるように保健室からサポートしていきたいと思います。1年間よろしくお願いします。

学校生活を健康に送るために

- ・生活リズムを整えよう。
- ・スマートフォンやゲーム、テレビなどは時間を決めて利用しよう。
- ・悩みや不安があるときは相談できる人を探そう。



CHECK!



健康診断が続いています

月	日	曜日	項目	対象	時間	備考
4	24	金	心臓病検診	1学年	9:00~	体育着 ハーフパンツ
4	30	木	尿検査一次	全学年	8:30まで	クラスごとに回収
5	1	金	尿検査一次 予備日	未提出者	8:30まで	個別に 保健室へ提出

欠席等で健康診断を受けられなかった人には、後日、他の健診日や個別受診についてお知らせします。

将来につなげる！健康診断

健康診断の目的は、自分の体の発育・発達の様子を知ったり、体の不調がないかを調べたりすることにあります。定期的に健康診断を受けることで、自分でも気が付かない病気の早期発見・早期治療に繋がります。



自分の体のことをよく知り、健康に興味をもつことは、生きていく上でとても大切なことです。健康診断を、自分自身を知るチャンスとしてとらえ、将来に繋げるために有効活用しましょう。

検査や治療が必要な人には健康診断後に結果のお知らせを配布します。必ず保護者の方に見せ、受診の日時を相談しましょう。

お世話になります!

学校医の先生方



学校医の先生方には1年間みなさんの健康を見守っていただきます。

内科	中山 正 先生	はざま中山クリニック (東浅川町 709-1 新都市はざまビル 1 階)	042-668-3500
眼科	大熊 京子 先生	大熊眼科医院 (千人町 2-19-15 長塚ビル3階)	042-667-3477
耳鼻科	吉田 晋也 先生	耳鼻咽喉科吉田クリニック (長房町 454-12)	042-661-6761
歯科	我妻 慶一郎 先生	あづま歯科 (千人町 2-20-16 イズミビル1階)	042-629-9068
薬剤師	倉島 卓也 先生	(上野町 32-17)	080-3125-6684

今年度より歯科の先生が変わりました。内科健診では、正確な検査・診察のため、必要に応じて学校医の先生が視触診や聴診器を当てるために下着等をめくることがあります。



を利用するときは…



○ 保健室利用連絡カードが必要です。

休み時間 ☞ 担任の先生か学年の先生にカードをもらってください。
教室の近くに先生がいない場合は職員室へ。

授業中 ☞ 授業の先生にカードをもらってください。

- 休み時間に利用し、すぐに教室に戻れなさそうな場合は、保健室にいることが次の授業の先生に伝わるよう、同じクラスの人に伝えてから来てください。
- 保健室利用後に受け取ったカードは、次の授業の先生に渡してください。
- 家や習い事などでのけがはおうちの人にみてもらい、必要なら病院に行きましょう。学校でのけがで後から病院に行ったときは、養護教諭に伝えてください。
- けがをした後、何日もシップやばんそうこうなどが必要な場合は自分で用意しましょう。
- 保健室に飲み薬はありません。必要な人は自分で持ってきてきましょう。
- 感染症が流行している時期や体調不良が続いている場合は、保健室で休まずに早退になることがあります。朝から体調が悪い場合は、登校せずに家庭でゆっくり休んでください。



保健室の前の廊下ではお静かに。
みんなが安心して保健室を利用できるようご協力お願いします。

