



令和8年4月9日(木)
八王子市立恩方中学校
保健室

🌸ご家庭で一緒にお読みください。

4月の保健目標 『健康診断を通して、自分の身体を知ろう』

🌸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。皆さんは今、どんな気持ちですか？新しい環境にドキドキしたり、ワクワクしたりしているところでしょうか。新年度は疲れがたまりやすいので、頑張るところは頑張りつつ、自分のことを甘やかすことも大切にしながら、新生活に徐々に慣れていきたいですね。今年も一年間、皆さんの“心と体”の健康をさまざまな面からサポートしていきます。どうぞよろしくお祈りします。

今年度も恩方中学校で勤務させていただきます。谷村萌花です。
今年から一人での勤務になりますが、どうぞよろしくお祈りします。



4月の健康診断の予定

日時	検査項目	対象学年	ご確認をお願いします。
10日(金)	身体測定	全学年	★体育着登校 ・眼鏡やコンタクトを使用している生徒は忘れずに。 ・耳掃除もしてきてください。
20日(月) 13:30~	内科検診	1・2年生	★体育着登校
21日(火) 13:30~	内科検診	3年生 20日欠席者	★体育着登校
23日(木) 13:30~	眼科検診	全学年	・コンタクトをしている生徒はそのまま受診します。 ・肩より長い髪の毛は結びましょう。
23日(木)	尿検査1次	全学年	・朝一番尿を少し排尿してから採尿する。 ・基本的には生理中でも尿は提出し、陽性であれば通常通り二次検査・精密検査を受けましょう。難しい場合は、教育委員会提出日か二次検査(5月)で提出しましょう。
24日(金)	尿検査1次 (予備日)	全学年	
27日(月)	心臓病検診	1年生	★体育着登校
30日(木)	歯科検診	全学年	・朝、しっかりと歯みがきをしてきましょう。

～学校医の先生方をご紹介します～

- 内科校医 近藤 一英 先生 (近藤内科医院)
- 眼科校医 青木 一浩 先生 (あおき形成外科眼科クリニック)
- 耳鼻科校医 長尾 哲兵 先生 (八王子北口耳鼻科・皮ふ科)
- 歯科校医 山田 幸英 先生 (山田歯科クリニック)
- 学校薬剤師 茂木 毅 先生 (茂木薬局)



保健室利用のルール

1. 休み時間（10分休み・お昼休み等）に利用する（緊急時を除く）。
2. 授業中に利用するときは、授業する先生に許可*をもらってから、来室する。
「*保健室利用カード」を先生に書いてもらいましょう。
3. 保健室での休養は、1授業時間分（50分間）を目安とする。
4. けがの手当ては、学校で起きたもののみ。家でのけがは家で手当てしましょう。
5. 身長・体重測定、体脂肪測定、血圧測定は休み時間に来室しましょう。

～ 保健室で大切にしたいこと ～

保健室は恩方中学校の生徒、教職員すべての人が利用できる公共の場です。保健室を運営する上で大切にしたいのは、以下のようなことです。

- 🗣️ 挨拶！ 保健室に入る時は「失礼します。〇年〇組の△〇です。」と声掛けをしましょう。
- 🗣️ 説明！ 緊急時以外は、来室した理由や症状を、自分できちんと説明しましょう。
- 🗣️ 準備！ マスクやティッシュペーパー、ナプキン等の消耗品は、自分で用意しましょう。
- 🗣️ 守秘！ 保健室でだれかの相談・悩みを聞いても、本人の許可なしに絶対に話してはいけません。
- 🗣️ 公共！ 保健室の物品は学校のもので、勝手に触ったり開けたり持ち出したりしません。



保護者の皆様へのご挨拶とお願い

日頃より、学校保健活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。

1. 定期健康診断で医師等から指示があった場合「結果のおしらせ」をお渡しします。受け取られたら、早めに医療機関を受診してください。検診はあくまでスクリーニングのため、受信後に『異常なし』との診断もあります。受診後は、報告書の部分をご記入後、学校までご提出ください。
2. 独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度を利用した際は、教材費で使用するゆうちょ銀行口座に、支給額より振込み手数料 146 円を差し引いた額を振込みいたします。手数料をご負担いただくことをご理解いただいた上で、スポーツ振興センターの災害共済給付制度をご利用ください。

そのほか、ご不明点等ありましたら、恩方中学校保健室までお気軽にお問い合わせください。これから1年間、どうぞよろしくお願いいたします。