



ほけんだより4月



令和7年4月

柏市立南部中学校

保健室

入学、進級おめでとうございます。いよいよ新学期がスタートしましたが、新しい環境の中では知らずのうちに疲れがたまるものです。夜は早めに寝て、からだの調子を整えるようにしましょう。

みなさんの心とからだの健康を守るため、これから保健だよりを通して様々な情報をお届けしていきます。(5月以降は sigfy で配信いたします。) よろしくお祈いします。保健室 遠藤

< 保健室はルールを守って気持ちよく利用しましょう >

ほけんしつ 保健室で

○ できること

- けがの応急手当て
- 体調が悪くなったとき
の一時休養
- 悩みや困りごとの相談
- からだや心についての
学習や質問
- 身長・体重などの測定



× できないこと

- ×翌日以降の継続した手当て
→治らないときは受診を!
- ×内服薬をあげるこ
→飲み慣れたものを持参
るようにしてください。
- ×長時間の休養
→休養は原則1時間です。

保健室の入退室はあいさつを、保健室内のものをを使うときは一声かけましょう。みんなが利用する場所です。マナーを守って利用しよう。また、休養している人がいたら保健室は静かにすること。みなさんの思いやりが必要な場所です。ご協力よろしくお祈いします。

< 登校前に、まずは自宅で健康観察をしよう >

毎朝、自分の体調を チェックしよう



体調がすぐれない時は、無理はせず、学校をお休みするか、自宅で様子を見てから登校するようにしてください。

無理をして来ても、先生達が心配になってしまいますし、登校後辛いのは自分自身です。からだと相談して決めましょう。

< 保護者の方へお願い >

Sigfy での欠席連絡の際、「体調不良」を選択した場合は、コメント欄に症状の詳細を記入いただくと助かります。

登校再開時の体調の把握もしやすくなりますので、ご協力をお願いいたします。

< 新年度保健書類について >

令和7年度より保健調査票が新しくなりました。今年度は記入項目が多くなっていますが、母子手帳も確認いただきながら記入をお願いいたします。

4月は記入していただく書類がたくさんありますので、確認しながら記入いただき、期日までの提出にご協力をお願いいたします。

提出書類	対象	期日
保健調査票（緑）	2・3年生	4月 9日（水）
救急用個人カード	1年生	4月14日（月）
心臓検診問診票（ピンク）	1年生	4月12日（金）
日本スポーツ振興センター 同意書（黄）	1年生	4月14日（月）

< 令和7年度健康診断について >

健康診断の主な目的は・・・①自分のからだの成長の様子や健康状態について知る。②病気や異常のうたがいがいか調べ、早期発見、早期治療につなげる。③自分のからだや健康に関心を持ち、学ぶ機会にする。これまで、何となく受けていた人も、こうした大切な目的があることを意識しながら受けるようにしてくださいね。

けんこうしんだん
健康診断で
じぶん
自分のからだを
よく知ろう！



検査項目	対象	検診実施日
身体測定 視力検査 聴力検査	全員 ※聴力は1・3年生のみ	4月16日（水）
心臓検診	1年生	4月18日（金）9:00～
眼科検診	全員	4月24日（木）9:00～
耳鼻科検診	1・3年生 2年生の希望者	4月30日（水）9:45～
歯科検診	全員	5月 9日（金）8:30～
尿検査一次	全員	5月14日（水）朝回収
尿検査二次	対象者（後日連絡）	6月 2日（月）朝回収
内科検診 （結核検診・運動器検診）	全員 ※学年は、変更になる 場合があります。	3年生 6月11日（水） 1年生 6月12日（木） 2年生 6月26日（木） 全て13:15～開始
脊柱側わん症検診	1年生	未定（6月以降決定予定）

< 学校医の先生を紹介します >

内科	飯島 裕子	飯島医院	柏市今谷上町1-3	7174-7598
歯科	神田 尚治	南柏かんだ矯正歯科	柏市南柏中央1-5 綾水ビル2F	7137-7153
耳鼻科	荒井 秀一	あらい耳鼻咽喉科 クリニック	柏市増尾1-1-1	7173-8787
眼科	山本 和弘	柏しこだ眼科	柏市篠籠田1126-1	7128-9151
薬剤師	天野 えい子			

今年度より、眼科学校医が山本和弘先生になりました。よろしくお願いいたします。