



入学・進級おめでとうございます！

千葉市立轟町中学校 保健室
(R5. 4. 7)

春は別れと出会いの季節。「仲良しの友達と同じクラスになれなかったらどうしよう」、「新しい友達たくさんできるといいな」、不安と期待が入り混じる新学期は、自分が思っている以上に疲れが出やすいものです。1日3食しっかり食べ、睡眠時間をたっぷりとって、新しい環境に少しずつ慣れていきましょう。

もしも、「なんとなくやる気が出ない」、「たくさん寝たのに疲れがとれない」、そんな症状が出たら早めに保健室へ相談に来てください。どうしたら心と体が楽になるのか一緒に考えていきましょう。ちょっとしたことでも大丈夫。あなたとの出会いを待っています。



定期健康診断予定

受診が必要な場合は検診後に治療のお知らせを配布します。(歯科検診のみ全員配布)
異常なしの場合も、後日「健康診断結果のまとめ」を配布しますので、ご確認ください。

月／ 日(曜)	検診	対象	時間	注意
4／12(水)	発育測定 (身長・体重 視力・聴力)	3年	1校時	めがねを忘れずに 耳掃除を忘れずに
		2年	2校時	
		1年	3校時	
		E組	5校時	
17(月)	尿検査一次①	E組・1～3年	8:35	起きてすぐ採尿
19(水)	眼科検診	1年	8:35	髪で眼が隠れない
20(木)	歯科検診	E組・1～3年	8:35	歯みがき忘れずに
26(水)	内科検診	E組・3年	13:30	聴診あり
5／ 8(月)	尿検査一次②	一次未提出者	8:35	起きてすぐ採尿
	尿検査二次①	一次有所見者		
10(水)	内科検診	2年・前回未受診者	13:30	
11(木)	耳鼻科検診	2年・聴力有所見者	13:00	耳掃除を忘れずに
25(木)	尿検査二次②	二次未提出者	8:35	起きてすぐ採尿
26(金)	尿検査二次③	二次未提出者	8:35	起きてすぐ採尿
31(水)	内科検診	1年・前回未受診者	13:30	

去年も異常なしだったのに、どうして毎年健康診断を受けなきゃいけないの？



健康診断は学校生活に適した状態か調べるために毎年行ふんだよ。自覚症状がなくても病気が見つかる場合があるから必ず受けようね。



<令和5年度学校医>

勝又内科医院	勝又由美子先生
いなげ耳鼻咽喉科	堅田 浩司先生
ただだ眼科医院	武田 憲夫先生
本間歯科医院	本間 剛 先生
川島歯科クリニック	川島 睦郎先生
増田病院(薬剤師)	野原万智子先生

保健室の使い方



1 けがをした時は...

保健室での応急処置はその日に学校で起きたけがを一回だけ手当てするのが原則です。昨日のけがや家でのけがは手当てできないので、治らない場合は家で手当てするか、病院で診てもらいましょう。

授業中にけがをした時は必ず自分で教科の先生に断ってから保健室に来てください。休み時間のけがは先生に断る必要はありませんが、次の授業に間に合うように来てください。

学校でけがをして病院で治療した場合、日本スポーツ振興センターに申請すると治療費が返ってくるので、保健室へ書類を取りに来てください。

2 具合が悪い時は...

具合が悪い時は、自分で教科の先生に断って保健室に電話連絡してもらってから来てください。友達に頼むのは断ったことになりません。

保健室で休養できるのは1時間だけです。回復しない場合は、保護者の了承を得てから早退します。お迎えなしで一人で早退する場合は、帰宅した事を必ず学校に連絡してください。

休み時間に熱だけ測りたい時は、先生に断る必要はありませんが、次の授業に間に合うように早めに来てください。

3 知りたい時や困った時

心や体のことを知りたい時や困った時は、昼休みや放課後などに保健室へ。たくさんの方があなたを待っています。困った時はスクールカウンセラーの先生も相談にのってくれます。



ルールを守ってみんなが使いやすい保健室にしよう!