



令和5年4月6日
京都市立高野中学校
保健室

生徒のみなさん

入学・進級おめでとうございます。今年は桜の花が満開になってから良い天気の日が続いていたので桜の見ごろが続きましたね。さて、新しい環境の中では自分では気づかいうちに、緊張したりストレスが溜まったりします。無理はしすぎず、自分のペースで新しい環境に慣れていきましょう。何か心や体のことで悩みや不安なことがある人は、いつでも保健室へ来てくださいね。

今年度から高野中学校に来ました、養護教諭の やまもと みひろ 山本 美浩 です。よろしくお願いします。



保護者の皆様

保健だよりを通して、心身の健康についての情報を発信していきたいと思います。保護者の方もご覧いただけたら幸いです。お子様たちが心身とも健康に学校生活を送れるようお手伝いをしていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

なお、新年度にあたり、各種の保健関係書類を配布しています。大変お手数をおかけしますが、記入・押印のうえ締切日までにご提出くださいますよう、お願いいたします。

守ってください 保健室のルール

- ・保健室では病気やけがに対して応急処置を行います。そのため、治療や服薬は行いません。
※服薬（薬を渡す）について…症状が一時的に改善し本当に必要な処置が手遅れになる、副作用でショックやアレルギーの症状が出るといった場合があるため、渡しません。
- ・家庭でのけがについては、原則家で処置を行ってきてください。
- ・保健室の利用は原則休み時間にしましょう。その際は、担任や教科担任、近くにいる先生に声をかけてから来室してください。
- ・保健室を利用したら、退室する際に「保健室連絡カード」を渡します。「保健室連絡カード」は、教科担任の先生に渡してください。

保健室はこんな場所です

ケガの手当て
をしてくれる



体調が悪いときに
休める



悩みを
相談できる



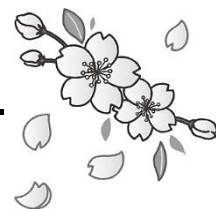
体や心について
聞ける



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。

「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

4月の保健目標：自分の身体の発育や健康状態を知ろう



健康診断が始まります!!!

健康診断の目的は…?



- その 自分の成長や健康状態を知る
- その 病気の疑いがないかを調べる
- その 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう!



学校医の先生を紹介します

内科	東道 伸二郎	先生
歯科	大石 泰孝	先生
耳鼻科	伊藤 眞理	先生
眼科	隅田 亜希	先生
薬剤師	岡 由里子	先生

先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう!

4月の予定

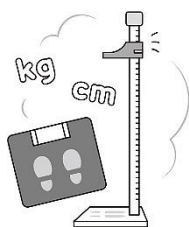
日程	項目	対象学年	時間
4月10日(月)	身体計測・視力検査	2年生	2時間目
4月11日(火)	身体計測・視力検査	3年生	1時間目
	聴力検査		2時間目
	聴力検査	1年生	3時間目
	身体計測・視力検査		4時間目
4月19日(水)	眼科検診	全学年	10:15~
4月26日(水)	検尿	全学年	登校後すぐ
4月27日(木)			
4月28日(金)	内科検診(修学旅行前健康相談)	3年生	10:00~

※1組は、4月11日(火)に実施予定です。詳細は別途連絡します。

身体計測・視力検査・聴力検査について

日時：上の表参照

場所：身体計測(身長と体重)…保健室
視力検査…各教室
聴力検査…会議室



～持ち物・注意事項～

- *標準服で測定します。保健室に来る前に教室でブレザー、セーター、靴下を脱いで来てください。
- *めがねやコンタクトレンズを使用している人は必ず持って来てください。つけたまま検査します。
- *静かに、測定・検査を受けてください。特に聴力検査は非常に小さい音を聴き取る検査です。私語はせず、静かに会議室の椅子に座って待っていきましょう。