

# ほけんだより4月

埼玉平成中学校 保健室 令和4年4月11日(月)

入学・進級おめでとうございます。1年生は新しい友達に新しい先生…まだ慣れない人、緊張している人もいるでしょう。2・3年生は、学年も1つ上がり上級生として新たな気持ちではりきっている人もいます。新しい環境や人間関係は、自分が感じる以上に心身の疲れを呼び込みます。無理せず、自分のペースで自分に合った生活リズムをつかんでいってください。

保健室からの  
お願いです



ルールを守って、みんなが快適に過ごせる保健室にしましょう！

- 入るとき、出るときにはあいさつを！
- 保健室には、担任の先生や教科の先生に伝えてから来室しましょう。
- 保健室での休養は原則1時間です。
- 休んでいる人もいますので、静かにしましょう。
- 保健室のものを使うときはひと声かけてください。また、借りたものは早めに返しましょう。
- 保健室では薬は渡せません。

## 保護者の皆様へ

お子様のご入学、ご進級おめでとうございます。皆さんの心とからだの健康のサポートをさせていただき、養護教諭の氷室みずきと申します。よろしくお願いたします。

新年度になり、保健調査票、事前問診票など、保健関係でもご記入、ご提出していただく書類がいくつかあります。いずれもお子様の現在の健康状態の把握など、重要な資料となるものです。お手数ですが、もれなくご記入の上、期日までにご提出いただきますようご協力をお願いいたします。

## お世話になる学校医の先生方

内科：坂戸中央病院 土屋先生  
 歯科：JYYA歯科 高山先生  
 眼科：いずみ眼科 高野先生  
 耳鼻科：鶴ヶ島耳鼻咽喉科 小川先生



## 健康診断がはじまります！

日程	健康診断	備考	対象
4/12(火)	身体測定		全学年
4/25(月)	内科検診		全学年
4/30(土)	心電図検診		中学1年生
5/11(水)	歯科検診		全学年
5/11(水)~5/12(木)	尿検査 1次		全学年
5/17(火)	眼科検診	高校校舎で実施	全学年
5/18(水)	耳鼻科検診		全学年
6/2(木)~6/3(金)	尿検査 2次		1次陽性者・未提出者



## なぜ健康診断をする？ なぜ大切？

### 健康診断は「法律で定められた学校行事」

学校保健安全法(第13条)では『学校においては、毎学年定期に、児童生徒等(通信による教育を受ける学生を除く。)の健康診断を行わなければならない』とあります。健康診断は、法律で実施が義務づけられている学校行事なのです。

### 大切な理由…健康診断の主な目的を知ろう

- 体の発育や発達の様子、健康状態を調べる
- 病気や異常を早期に発見して、早期治療につなげる
- 自分の体のことを知り、関心をもつきっかけになる
- より健康になるための課題(健康目標)に取り組む

健康は、私たちが生きていく上で欠かせないもののひとつ。勉強も、運動も、趣味や遊びも、毎日の生活は体や心が元気であればこそです。学校での健康診断は、みなさんの「いま」の健康をチェックするとともに、将来にわたって健康に過ごせるように、その方法やポイントを学ぶ場でもあるのです。

