



新しく入学された皆さんを迎え、心も新たに
新年度が始まります。

この時期は、新しい出会い、新たに始まる学校生活など
心が弾みますが、その反面生活環境が変わって、心身とも
に疲れが出る時期でもあります。

保健室は、皆さんが元気に学校生活を送れるように、見
守っていきたいと思います。

<保健室はこんな時に利用してください>

- ・ 怪我をした時
授業中や休み時間に怪我をしたら、授業担当の先生や担任の先生に伝えてから
保健室に来てください。
- ・ 体調が悪い時
頭が痛くなったり、気持ちが悪くなったり、熱っぽかったり、なんとなく体がし
んどくなったりした時など。
- ・ 心配事や相談がある時
体のことや、心配事がある時など。



- ① 利用はできるだけ休み時間にしましょう。
- ② 授業中や授業にかかりそうな場合は、担任の先生か授業担当の先生に断ってから
来てください。
- ③ 保健室の利用後は、「保健室利用カード」を渡します。
- ④ 保健室での休養、就床は 1 時間を原則とします。改善が見られない時は、保護者
の方に連絡を取り早退、病院受診等の処置をとらせていただきます。
- ⑤ 保健室での処置は怪我の消毒や休養などの応急処置を行います。手当を受けた場
合必ず保護者の方に報告してください。怪我の具合によっては、学校から保護者
の方に連絡します。
- ⑥ 具合が悪くて休んでいる人もいます。静かに利用してください。



なぜ健康診断をするのでしょうか。

- ・ 学習や運動などの日常生活を送る上で、注意すべきことがないかを診るためです。
成長期でどんどん変わっていく体の様子を知り、日常生活に支障がないか、
体の不調の原因はなにか、自分では気づきにくい病気にかかっているかを
知るためです。
- ・ 自分自身の体をよく知り、自分の体に興味を持つ機会にします。
自分自身の体を知ることが、自分の体にあわせてより健康に生活していく
力を育てることにつながります。

4 月の保健行事

日時	健診内容	対象者	時間	場所
4 月 12 日 (木)	身体測定	全生徒	昼 10 : 20 ~ 夜 17 : 35 ~	会議室・保健室他
4 月 18 日 (水)	心電図・結核検診	新入生	昼 13 : 00 ~ 夜 17 : 35 ~	会議室 南側駐車場
4 月 18 日 (水)	尿検査	全生徒	昼 11 : 00 まで 夜 17 : 30 まで	保健室前廊下
4 月 19 日 (木)	尿検査追加	未提出者	昼 11 : 00 まで 夜 17 : 30 まで	保健室前廊下
4 月 26 日 (木)	内科検診	全生徒	昼 13 : 00 ~ 夜 17 : 35 ~	会議室

花粉の季節まだまだ続きそうです。

2018 年花粉情報によると、花粉飛散量は、東北地方から関東地方にかけて前年度の 3 倍から 4 倍と
多くなるとの事でした。花粉数のピークは例年スギ、ヒノキが重なる 3 月末～4 月初めですが、花粉症
の症状はまだまだこれから出る人もいます。

