

# ほけんだより

## 4月号

令和6年4月8日  
南相馬市立小高中学校  
保健室

### 今月の保健目標

自分の健康状態や  
発育状態を知ろう。



暖かな春の日ざしが何よりうれしい季節となりました。  
生徒のみなさん、ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度の始まりと共に訪れる新たな出会いやチャレンジに向け、意欲に燃えていることでしょう。ほけんだよりでは、今年度もみなさんが心も体も元気に学校生活を送れるように、たくさんの情報を発信していきます。よろしくお願いします。

## 保健室の利用のしかたと約束

こんなときは、保健室にきてくださいね！



具合がわるいとき



けがをしたとき



身長や体重を知りたいとき



こまったことがあるとき  
話を聞いてほしいとき

- 保健室を利用するときは、必ず担任の先生または教科担当の先生に言ってから来室しましょう。
- 保健室を利用するときは、必ずノックして、学年と名前を言ってから入りましょう。
- 来室したら、いつ、どこでケガをしたのか、どのように具合が悪いのか教えてください。
- 保健室で休養できる時間は、原則1時間までです。

## 令和6年度 学校医と養護教諭の紹介

### 内科

小鷹 昌明 先生

(南相馬市立総合病院  
附属小高診療所)



### 歯科

今村 一 先生

(今村歯科・矯正歯科医院)



### 耳鼻科

若盛 和雄 先生

(若盛耳鼻科)



### 眼科

佐柄 英人 先生

(マルイ眼科)



### 薬剤師

望月 雄太 先生

(そうごう薬局旭町店)



### 養護教諭

渡邊 舞香



## 定期健康診断が始まります



### 眼科検診

4月17日(水)  
13:30~



目の中やまわりに病気がないか調べます。

### 耳鼻科検診

6月4日(火)  
※1年生のみ  
8:30~



耳・鼻・のどに病気がないか調べます。

### 歯科検診

5月15日(水)  
10:30~



歯と歯肉の状態を調べます。

### 内科検診

4月30日(火)  
13:30~



皮膚や背中、手足の骨の様子をみたり、心臓や肺の音を聞いたりします。

### 心電図検査

5月22日(水)  
13:15~



心臓の動きを調べます。

### 色覚検査

5月21日(火)  
※1年の希望者のみ  
朝の時間実施



見えにくい色があるか調べます。

### 身体測定(身長、体重)・ 視力検査・聴力検査

4月10日(水)  
4校時



身長、体重を測ります。また、遠くや近くにある文字が正しく見えているか調べたり、大きさのちがう音を聞きとることができるか調べたりします。

### 尿検査

5月21日(火) ※予備日6月4日(火)



尿をつくるじん臓が病気になるか調べます。

## 保護者の方へ

### 【重要】定期健康診断に係る書類提出のお願い

春光うらかな季節を迎え、保護者の皆様におかれましてはますますご清栄のことと存じます。この度はお子様のご入学、ご進級誠にありがとうございます。

私たち職員一同、希望に満ちた生徒たちの期待に応えられるよう精一杯努めてまいります。今年度引き続き、学校保健活動に保護者の皆様の温かいご理解とご協力を賜りますよう、どうぞよろしくお願いいたします。さて、新年度のスタートに伴い、定期健康診断が始まります。これに伴い、ご提出いただきたい書類を本日、保健連絡袋に入れて配付させていただきましたので、記入された後 **4月12日(金)まで** ご提出ください。健康診断を受けるにあたってより正確な結果を得るためにも、大変重要な情報になりますので、お手数をおかけしますが、正確な情報をご記入いただきますようお願いいたします。なお、ご不明なことがありましたら、(担当 養護教諭渡邊/44-2023) までお気軽にご連絡ください。

### ご提出いただく書類【配付：4月8日(月)・回収：4月12日(金)まで】

- 学校検診受診録
- 保健調査票・保健管理表(2・3年のみ)
- 結核問診票
- 生徒理解カード(2・3年のみ)
- 運動器検診保健調査票
- 色覚検査の申し込みについて(1年のみ)
- 歯科保健調査票

保健連絡袋に入れて期日厳守でご提出をお願いします。

