

ほけんだより 4月

令和7年4月吉日
中央区立銀座中学校 保健室

ご入学・進級おめでとうございます

新しい環境は、新しい自分に出会えるチャンスです。何事もまずはチャレンジから始まることを忘れずに、焦らず自分のペースでスタートしてみてください。



皆さんが学校生活を充実して過ごせるように保健室からサポートしていきたいと思っています。

保健室は、学年を問わず誰でも利用できる場所です。誰でも、安心して利用できる保健室にするため、以下のルールを守るように協力をお願いします。いつでも気軽に話しかけてください。

保健室利用のルール

来る前にひとこと 保健室を利用する場合は、職員室にいる学年の先生に自分で伝えてから利用してください。  保健室来室カードを先生に記入してもらってください		保健委員と一緒に 授業中は、保健委員または他の生徒や先生に付き添ってもらいましょう。 		その日に学校でおきたケガ 前日やそれ以前のけがは、自宅で手当してください。 必要に応じて、医療機関を受診してください。 	
原則、休み時間に利用 		原則1時間 1時間休んでも体調が改善しない時は、早退も考えます。		借りたものは返す 保冷剤等を借りたら、その日のうちに返しましょう。 	
あいさつを忘れずに 静かに入りましょう。 		薬はありません 必要な場合は、持参してください。使用方法などを保護者の方と確認しておきましょう。 		勝手に触らない 	
		騒がない 体調が悪くて、休んでいる人がいます 		具体的に伝える 保健室に来たら学年とクラス名前どこでどうしてどうなったを伝えよう! 	

健康診断は体の状態を知るチャンス

生徒の健康診断は、学校保健安全法という法律で定められており、毎年4～6月に行われます。毎年、健康診断を受けていると「めんどくさいな」と思う人もいるかもしれませんが、健康診断によって、自覚症状のない病気、からだの異常に気づくことができます。病気や異常の早期発見は、早期治療につながります。また、健康に関心をもち、食事や睡眠、生活リズムなどを見直すことにもつながります。

健康診断は受けたらおしまいではありません。検査の数値や診察結果にきちんと目を通して、自分の健康づくりに役立てましょう。



健康診断日程について

月	日時	実施項目	対象学年	備考
4	15日(火)	心臓検診	1学年(全) 他学年該当者	体操着準備 (待機時、ジャージ着用可)
	17日(木)	尿検査(一次)	全学年	前日キット配布
	18日(金)	内科検診	1学年・1組	体操着準備 (待機時、ジャージ着用可)
	21日(月)	内科検診	2学年	
	30日(水)	眼科検診	全学年	
5	7日(水)	尿検査(二次)	対象者	
	12日(月)	内科検診	3学年	体操着準備 (待機時、ジャージ着用可)
	13日(火)	歯科検診	1学年・3学年・1組	朝、歯を磨いてきましょう
	16日(金)	歯科検診	1学年・2学年	
6	4日(水)	身体計測(視力・聴力)	全学年	眼鏡・コンタクト使用者は 装着して受検
	10日(火)	耳鼻科検診	全学年	

※尿検査については、予備日があります。後日、お知らせします。

日本スポーツ振興センター 災害給付金支給方法変更について

本年度よりシステム等の変更を受けて、災害給付金の支給方法を以下のように変更することになりました。

