

2025  
4.8  
高瀬中  
保健室

新しい年度、新しい春が始まりました。どんな気持ちで過ごしていますか。わくわくでいっぱいの人がいれば、新しい環境に不安を覚えている人、あるいは両方の気持ちの間で揺れ動いている人、様々だと思います。みなさんが元気に歩みだせるよう、保健室から応援しています。



けがや病気にかぎらず、だれでも来ていいんですよ！

### 手当てをするところ

**学** 校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へ来てください。ただし、「昨日のケガのガーゼを換えたい」はダメ。あくまで一次処置の場所です。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。

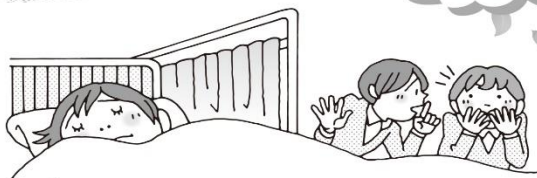


### 相談するところ

**心** みごとがあるとき、養護教諭が相談にのります。ケガ人や急病人がいるときは少し待ってもらうことがあるかもしれません。他の人がいないときに話したいという人は、日時を決めて約束をしましょう。



### 静かなところ



**体** 調が悪いとき、一時的に休養できます。保健室では具合が悪くて静かに休みたい人がいるかもしれないので、元気な人も保健室の中や前の廊下では大きな声は出さずに、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。

## 保健室ってどんなところ？

### 勉強するところ



**保** 健室には体や心に関する本が置いてあります。知りたいことがあるときは読みに来てもいいですよ。また、ケガをしたり体調不良になったとき、今後そうならないためにはどうすればよいかについても一緒に考えます。

# 健康診断スケジュール

| 項目                      | 対象               | 実施期日                 | 場所               | 実施時間・連絡事項  |
|-------------------------|------------------|----------------------|------------------|--|
| 身体測定                    | 全学年              | 4月15日(火)             | 各教室              | 5・6校時  |
| 色覚検査                    | 1年生の希望者          | 4月21日(月)             | 保健室              | 昼休み1~14番・放課後15~28番   |
| 内科・結核・運動器検診             | 全学年              | 5月1日(木)              | カウンセリング室         | 13:30~   |
| 尿検査(一次)<br>(追加)<br>(二次) | 全学年              | 4月23日(水)             | 教室⇒保健室に(係が持参)    | 容器は、22日(火)に配付します   |
|                         | 未提出者<br>陽性者      | 5月13日(火)<br>5月27日(火) | 保健室に提出<br>保健室に提出 | 容器のない人には、12日(月)に再配布しますので、申し出てください。<br>容器のない人には、26日(月)に再配布しますので、申し出てください。 |
| 耳鼻科検診                   | 1年全員と<br>2・3年の一部 | 5月21日(水)             | 保健室              | 13:30~<br>耳鼻科検診の2・3年生については、保健調査で気になるところがある人のみ実施します。                      |
| 心電図検査                   | 1年               | 5月26日(月)             | 保健室              | 13:30~15:00  |
| 歯科検診                    | 全学年              | 5月29日(木)             | 保健室<br>カウンセリング室  | 13:30~   |
| 眼科検診                    | 全学年              | 6月13日(金)             | 保健室              | 13:30~   |



### 学校医の先生を紹介します

|       |         |          |
|-------|---------|----------|
| 内科    | 大野 雅子先生 | 大野医院     |
| 眼科    | 菊池 通晴先生 | 菊池眼科     |
| 歯科    | 根本 秀明先生 | 根本歯科医院   |
| 耳鼻咽喉科 | 堀 弘樹先生  | 堀耳鼻咽喉科医院 |
| 薬剤師   | 菅原 秀樹先生 | 調剤薬局ミッテル |

学校医の先生にお世話になる検査日に休むことのないよう、健康管理には十分気を付けましょう。

### ~カウンセリングについて~

今年度も、小浜宣子先生がカウンセリングを担当されます。年間を通し、生徒全員のカウンセリングをお願いする予定です。1ヶ月に3回程度来校されます。当日予定に入っていないなくても、先生に話を聞いてもらいたいという人は、小浜先生や担任の先生、保健の先生まで声をかけてください。



養護教諭の鈴木真琴です。高瀬中学校は6年目になります。素直でやさしい高瀬の子どもたちからも元気もらっています。保健室からは、みなさんが心も体も元気に過ごせるよう応援していきます。