


すこやか

三郷市立栄中学校
令和8年4月15日発行

保健室の利用の仕方チェック!

全校生徒が利用する保健室です。原則として、付き添いはいません。一人で来室してください。ルールやマナーを守り、思いやりを持っての利用を心がけてください。

<p>目的</p>  <p>いて... いて...</p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的 だいたいどうぶ?</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p>  <p>きのうの、 NG かえて~</p> <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用するときの約束</p>  <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>	<p>注意</p>  <p>Sorry</p> <p>内服薬は出せません</p>	
<p>ルール</p>  <p>せんせ...</p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p>  <p>しつれい しま〜す</p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p>  <p>せんせ!</p> <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p>  <p>いいですかあ?</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>

*朝、登校する前に、自分の健康状態はどうか、自分で考えてみましょう!

「昨日から具合が悪い」、「家で休んだらと言われたけど…」などの場合、無理をせずに休養することを勧めます。「具合悪いかも?!」と思ったら、体温測定もしてみましょう…。

新学期が始まって1週間、給食が始まり本格的にスタートしましたね。

睡眠をしっかりとり、朝ご飯を食べて、生活リズムを整えることを意識しましょう!

～定期健康診断が始まっています～

自分の体の発育や健康状態を知りましょう。

毎年、4月～6月にかけて行われる健康診断、その主な目的は・・・

- ☆自分の体の成長の様子や健康状態について調べる
- ☆病気や以上の疑いがないか調べ、早期発見・早期治療につなげる
- ☆自分の体や健康について関心を持ち、学ぶ機会にする



これまでなんとなく受けていた人も、こうした大切な目的があることを意識しながら受けるようにしてみましょう!検査の結果、必要な人には、「検査結果のお知らせ」を配布します。時間を作って、早めに専門の医療機関で相談・治療をしましょう!

1年生内科検診の受け方・流れについて 4/16:1・2・3組 23:4・5・6組

男子

- ・教室で上は体操服、下はハーフパンツに着替える。
- ・検診時は、体操服をあげて前側からの聴診と背中側からの聴診、背骨や皮膚の状態を診ていただく。



女子

- ・美術室で、体操服を脱ぎ、上は下着とジャージ、下はハーフパンツに着替える。
- ・検診時は、ジャージの首元から前側の聴診と背中側からの聴診、背骨や皮膚の状態を診ていただく。(検診の日、お腹まである長いピタッとした下着は避けてください)
- ・検診後は、美術室で体操服を着て、教室へ戻る。

※男女とも背中を診ていただくときには、保健室 柳田が補助に入らせていただきます。

<学校医の先生方> 健康診断などでお世話になります

学校医	みさと耳鼻咽喉科医院	野呂 久公 先生
学校医	みさと駅前クリニック	草薨 博昭 先生
学校歯科医	野本歯科医院	野本 修 先生
学校歯科医	もり歯科クリニック	森 健司 先生
学校薬剤師	みさき薬局	小林 真人 先生
学校眼科医	三郷中央きむら眼科	木村 圭介 先生



すこやか

三郷市立栄中学校
令和8年4月15日発行

保健室の利用の仕方チェック!

全校生徒が利用する保健室です。原則として、付き添いはいません。一人で来室してください。ルールやマナーを守り、思いやりを持っての利用を心がけてください。

目的  ケガをしたときの救急処置	目的 だいたいどうぶ?  体の調子がすぐれない	目的  体や健康について学びたい	目的  心配事や悩みを相談したい
注意  きのうの、 NG かえて~ 継続的な手当てはできません。家でしてね	保健室を利用するときの約束  必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。		注意  Sorry 内服薬は出せません
ルール  せんせ... 先生にことわってから来る	ルール  しつれい しま〜す 入室退室時にはあいさつ	ルール  せんせ... 室内では静かに	ルール  いいですかあ? 備品等に勝手に触らない

*朝、登校する前に、自分の健康状態はどうか、自分で考えてみましょう!

「昨日から具合が悪い」、「家で休んだらと言われたけど…」などの場合、無理をせずに休養することを勧めます。「具合悪いかも?!」と思ったら、体温測定もしてみましょう…。

新学期が始まって1週間、給食が始まり本格的にスタートしましたね。

睡眠をしっかりとり、朝ご飯を食べて、生活リズムを整えることを意識しましょう!

～定期健康診断が始まっています～

自分の体の発育や健康状態を知りましょう。

毎年、4月～6月にかけて行われる健康診断、その主な目的は・・・

- ☆自分の体の成長の様子や健康状態について調べる
- ☆病気や以上の疑いがないか調べ、早期発見・早期治療につなげる
- ☆自分の体や健康について関心を持ち、学ぶ機会にする



これまでなんとなく受けていた人も、こうした大切な目的があることを意識しながら受けるようにしてみましょう!検査の結果、必要な人には、「検査結果のお知らせ」を配布します。時間を作って、早めに専門の医療機関で相談・治療をしましょう!

《2・3年生内科検診について 4/28:2-4-5 3-1 他のクラスは5月以降》

内科検診は、皆さんが元気に過ごすために何か問題がないか調べる大切な検査です。学校医さんが、聴診器を使って検査をします。周りが騒がしいと聞こえなくなってしまう。おしゃべりをしたり、足音を立てたりしないで静かに自分の順番を待つようにしましょう!

【何を調べているか?】

- ・背骨、胸、四肢の状態はどうか? ・呼吸の音はどうか?
- ・貧血ではないか? ・心臓の音はどうか?
- ・皮膚の状態はどうか? など事前の保健調査と合わせて診ています。

【検診の服装・受け方】

男女とも、体操服を着たまま、検診を受けます。
教室から、半そで体操服で保健室に来て検診を受けます。



<学校医の先生方> 健康診断などでお世話になります

学校医	みさと耳鼻咽喉科医院	野呂 久公 先生
学校医	みさと駅前クリニック	草薨 博昭 先生
学校歯科医	野本歯科医院	野本 修 先生
学校歯科医	もり歯科クリニック	森 健 司 先生
学校薬剤師	みさき薬局	小林 真人 先生
学校眼科医	三郷中央きむら眼科	木村 圭介 先生

