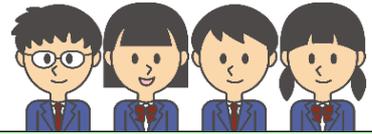


# 保健だより 輝け



2025年4月11日 4月号  
一宮市立大和中学校



## 健康で過ごすために



大和中学校に入学、進級おめでとございます。新しい教室、新しい先生や友達との出会いは、ワクワクドキドキしますね。環境が変わっても、毎日の生活のリズムを崩すことなく、健康に過ごすことが大切です。

では、自分の健康を守るのは誰でしょうか？それは自分自身ですよね。必要なことを学んだり、スポーツや趣味を楽しんだり、友達と仲良く過ごしたりするためには、健康であることが大切です。自分の健康を守るためには健康診断は欠かせません。健康診断では、体の成長の様子を確かめたり、異常がないか調べたりします。今後、「保健だより 輝け」でも、健康に関する情報を届けていきます。毎回読んで、生活に生かしてほしいと思います。

### <4月の保健目標> 自分の健康状態を知ろう

#### 健康診断の目的



体の状態や成長の様子を  
チェックする



自分の体や健康について知り、  
興味をもつ



異常や病気を早期発見し、  
早期治療できる



健康に生活するための  
目標が分かる

#### 健康診断の項目

##### 身体計測

身長・体重、成長の様子

##### 歯科検診

歯やあご、歯肉（歯ぐき）の状態

##### 聴力検査

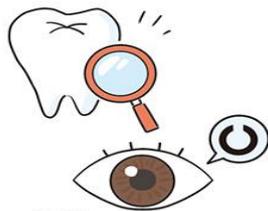
耳の聞こえの状態

##### 視力検査

目の見えかた

##### 内科検診

心臓や肺、骨・皮ふの状態、  
栄養がとれているかどうかのチェック



##### 耳鼻科検診

耳・鼻・のどの状態

##### 結核検診

「結核」という病気のうたがいが  
ないかどうかのチェック

##### 運動器検診

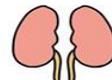
手や足、骨・関節などの状態

##### 眼科検診

目や目のまわりの状態

##### 尿検査

腎臓病や糖尿病などが  
ないかどうかのチェック



# 保健室利用のルール

## 〇×クイズ

次のクイズに  
〇か×かで答えてね。  
全問正解できるかな？



Q1



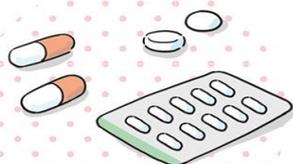
保健室では、ケガの  
救急処置を受けられる。

Q2



保健室では、心や体に関する  
悩み事の相談ができる。

Q3



保健室では、  
内服薬がもらえる。

Q4



救急処置を受けた後日も、  
処置をしてもらえる。

Q5



心や体に関する  
情報を学ぶ。

## 〇×クイズ Answer

A1  
〇

「すり傷・切り傷は流水で洗う」など、自分でできることをしてから、保健室に来てください。

A2  
〇

「保健室と関係ないかも…」ということでも大丈夫。まずは気軽に話してみてください。

A3  
×

かぜ薬や胃腸薬なども渡せません。必要な薬は、各自で持参・管理してください。

A4  
×

救急処置以降の治療は、医療機関を受診し、医師の指示に従ってください。

A5  
〇

わかりやすい本や雑誌を紹介します。ぜひ利用してください。

- ◎保健室利用は、必ず担任の先生や教科の先生など、先生に申し出て『保健室連絡カード(ピンク色)』を書いてもらい、その用紙を持って来室してください。緊急時以外は放課に来室します。
- ◎保健室では応急処置を行います。その後の継続的な手当ては、家庭で医師に従って行います。
- ◎保健室では回復の見込みのある場合に限り、原則として1時間まで休養できますが、授業を受けられないと判断した場合、保護者の方に迎えに来ていただきます。
- 内服薬は、アレルギー反応や副作用の危険性がありますので、学校では使用しません。薬が必要な場合は自分に合う薬を、持参して服用します。
- 消毒薬は、皮膚に刺激を与え、病院での治療の妨げになる場合があるので、流水で対応します。

＜おうちの方へ＞検査・診察時の服装については、正確な検査・診察に支障のない範囲で、原則、体操服や下着等の着衣、又はタオル等により身体を覆い、生徒のプライバシーや心情に配慮するように実施いたします。

また、検査・診察の場面においては、正確な検査・診察のため、必要に応じて、医師が、体操服・下着やタオル等のない状態で視触診したり、体操服・下着やタオル等の下から聴診器を肌に直接当てたりする場合があります。ご理解・ご協力の程よろしくお願いいたします。

＜どうぞよろしくお願ひいたします＞

大和中学校保健室は、昨年度と同様に養護教諭「原田 節子」です。大中生の健康の保持増進のため頑張っていきます。何かありましたら、お気軽にご相談ください。一緒に考えていきたいと思ひます。

