



令和6年4月5日  
一宮市立尾西第二中学校  
保健室

### 今月の保健目標

自分の健康状態を  
知ろう

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度が始まりましたね。  
この時期はワクワクすることが多い一方、環境の変化で体調を崩すこともあるかもしれません。無理をせず、早めの休養に心がけ、心も体も元気に過ごしましょうね。

## 健康診断が始まります！

### 4月の保健行事

実施日	項目	対象者	持ち物・注意事項等
8日(月)	身体計測 視力・聴力検査	全学年 ※聴力検査…2年は除く 視力検査は後日 保健室	・体操服・ジャージ持参 ※視力検査の日は、メガネを持っている人は忘れずに！
15日(月)	尿検査①	全学年 生理等提出が難しい場合 以外は、この日に提出してください。	・登校後、教室で提出 2回目：5/2(木) 3回目：5/22(水)
23日(火)	内科検診	2年	・体操服・ジャージ持参 ※結核検診と四肢の状態をチェックします。
24日(水)	心電図検査	1年(2・3年一部)	・体操服・ジャージ持参
30日(火)	内科検診	1年	・体操服・ジャージ持参 ※結核検診と四肢の状態をチェックします。

### 5月の予定

1日(水)耳鼻科検診 抽出者 2日(木)尿検査 2回目 16日(木)歯科検診 1年・3年・5・6組  
21日(火)内科検診 3年 22日(水)尿検査 3回目 23日(木)歯科検診 2年生

## みなさんの元気を応援します！



内科 先生  
歯科 先生  
眼科 先生  
耳鼻科 先生  
薬剤師 先生

## 保健室の利用について

保健室は、体の具合が悪くなったときや、けがをしたときに手当をしたり、身体計測や健康相談など、自分の健康についての理解や知識を深めたりする場所です。みなさんの健康で楽しい学校生活をサポートするために、保健室利用について次のような約束があります。

### 1 保健室に来るときは

保健委員と一緒に来室します。緊急の場合以外は、担任の先生や教科の先生に伝えてから来室してください。

### 2 保健室での休養は

体調が悪い場合、1時間休養をし、様子を見る場合があります。症状が改善しない場合は早退の連絡をします。

### 3 内服薬は

一人ひとりの症状や体質に合わせた薬を出すことができず、アレルギー反応等の問題に対応できないため、学校では内服薬は処方しません。必要な人は各自用意してください。

### 4 外傷の処置はまず流水で

消毒剤の使用が、皮膚損傷面への刺激となり、回復を遅らせることもあるため、流水でよく洗うことを基本とします。

### 5 打撲やねんざは、冷却と安静

学校での打撲やねんざの場合、氷で冷却します。湿布を貼る際は、今まで湿布を貼ってアレルギーやかぶれなどが出たことがある人は、処置を受ける前に教えてください。

