



令和5年4月10日
佐倉市立上志津中学校
保健室

今月の保健目標：「自分の健康状態を知ろう」

いよいよ今年度の健康診断が始まります。健康診断は自分自身に目を向けるいい機会！
背は伸びた？歯みがきはできていたかな？目は悪くなってない？自分のことを気にしてみましょう。

4月の保健行事		月
11日(火) 身体測定(全学年)	保健調査票【回収締め切り】	日
25日(火) 尿検査1次(全学年)	→未提出者の回収日は5/10(水)です	()
27日(木) 歯科検診(2-1、3年生)		日曜

身体測定での注意事項

- ・私語厳禁。
- ・めがね、コンタクト使用者は必ず持ってくる。
- ・計測の邪魔になるような髪型は避ける。
- ※ポニーテール・おだんご禁止！！

健康診断

なにをしらべる？
なんのため？



なにをしらべるの？

なんのためにしらべるの？

- ★身体測定：身長・体重から、成長の様子はどうか
- ★視力：ものがどれくらい見えているか
- ★聴力：耳でどれくらい聞こえているか
- ★尿：腎臓病や糖尿病などの疑いがないか
- ★内科：心臓や肺、骨、皮ふの様子、栄養がとれているか
- ★運動器：手や足、骨・関節などに病気がないか
- ★歯科：歯やあご、歯肉(歯ぐき)に病気がないか
- ★眼科：目や目の周りに病気がないか
- ★耳鼻科：耳・鼻・のどに病気がないか



健康診断などでお世話になる校医の先生方です！

内科	望月 由貴人 先生 (望月クリニック)	眼科	安藤 充利 先生 (安藤眼科)
歯科	岩井 貴之 先生 (いわい歯科医院)	耳鼻科	鏡 由里子 先生 (ゆり耳鼻咽喉科)
	堀 勝 先生 (ライオン歯科医院)	薬剤師	矢野 真希 先生 (健栄鍋木薬局)

新型コロナウイルス感染防止の取り組みに関するお願い

- ① 毎朝、必ず「検温」と「健康観察」をして健康観察カードを持参させ、登校をお願いします。
- ② 熱がある場合や健康観察カードの項目に一つでもチェックがある場合は、ご家庭で休養をお願いします。
- ③ ハンカチやタオルを持参し、咳エチケットの励行をお願いします。
- ④ 水筒を持参させてください。
- ⑤ 登校したら、「健康観察カード」を忘れず提出させてください。
- ⑥ 学校で発熱したり体調を崩したりした場合には、早退の連絡をします。お迎えのご協力をお願いします。

保健室はこんなときにきてください



ケガをしたとき
救急処置してもらえる



具合が悪いとき
一時的に休養できる



悩みがあるとき
相談できる

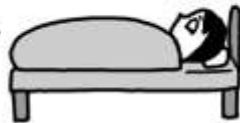


健康について
知りたいとき

保健室ではこんなことは
できません!

× 長時間の休養

休養は原則1時間



× 継続した
手当て

当日の
手当てのみ



× 内服薬の
使用



先生方に聞きました!
新学期、気を付けていることは何ですか?

- ・丁寧な言葉遣い
- ・親しき中にも礼儀あり
- ・元気!!!
- ・よく寝る
- ・無理をしない
- ・大きな声でさわやかにあいさつ
- ・笑顔