

# ほけんだより



令和7年4月7日  
佐倉市立根郷中学校  
保健室

入学・進級おめでとうございます。

新しい年度が始まりました。ワクワクでいっぱいの人もいれば、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。皆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。

## 4月の予定

- 11日(金) 身体計測 全学年  
視力 全学年  
聴力 1・3年
- 23日(水) 尿検査1次 全学年  
(容器配布 22日)
- 24日(木) 歯科検診 2-1・3年生

眼鏡  
コンタクトレンズを  
忘れずに!

もうすぐ  
健康診断

髪型は健康診断スタイルに

これは  
NG

ボニーテールや  
おだんご

OK

前髪が  
目にかかる

うまく身長が  
測れないかも!

低い位置で結ぶ

検診時に  
目元や顔を  
見えず  
学校医さんが困るかも...

視力検査で視力が  
よく見えないかも!

前髪は  
目にかからないように  
結ぶとOK



学校医の先生方  
お世話になる

内科	越部 融 先生	こしベクリニック
歯科	鈴木 基容 先生	大崎台歯科クリニック
眼科	草村 理佳 先生	佐倉整形外科眼科診療部
耳鼻科	鈴木 誉 先生	兼坂耳鼻咽喉科
薬剤師	出山 仁 先生	ヤクスドラッグ 佐倉山王薬局



### 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。



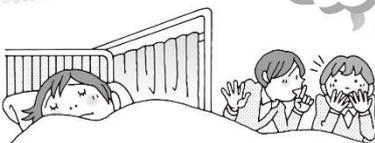
### 相談するところ

**悩** 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もあるかもしれませんが、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。



## 保健室って どんなところ?

### 静かなところ



**休** 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。

### 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いいかについても一緒に考えます。

ご提出 お願いします

保健調査票

運動器検診調査票

心臓病調査表(1年のみ)

2・3年生 4/11 (金)

1年生 4/14 (月)

今年度から根郷中学校の  
養護教諭に着任した

です。  
よろしくお願いいたします。

