

ほけんだより 4月



2026. 4. 8. No.1
辰巳中学校 保健室

令和8年度もよろしくお祈いします。

学校の教育目標があるように、学校保健にも目標があります。

今年度も「自分を知り、自分を活かす」を目標に一年間取り組んでいきます。

健康診断をはじめ、中学校生活でいろいろな体験を通して自分の思考や価値観に触れ自分の事を知り、成長する機会になればと思います。



提出していただく書類は、下記の通りです。

学年によって提出するものが異なりますので、ご確認ください。

	1年生 提出日	2年		3年	
		配付日	回収日	配付日	回収日
①保健調査票	4月10日 (金)	4月7日(火)	4月10日(金)	4月7日(火)	4月10日(金)
②結核健診問診票		5月7日(木)	5月12日(火)		
③四肢の状態検診保健調査票		該当する生徒へ個別に配付・回収します。			
④心臓検診調査票					

1年生・・・新規の作成になります。ご記入をお願いします。

入学式に配布したファイルに入れてご提出ください。

2・3年生・・・「保健調査票」は、住所・緊急連絡先(携帯含む)・保険証番号などをご確認していただき、訂正がある場合は赤色で訂正をお願いいたします。中面にも記入していただく項目がありますので、ご記入をお願いします。2年生は「結核問診票」・「四肢の状態検診問診票」は、内科検診前に配布します。



4月の主な健康診断 詳しい内容は、事前にお知らせします。



実施日	項目	対象学年	時間	準備・服装など
10日(金)	身体測定	全学年	8:40~	体育着登校
16日(木)	眼科健診	全学年	13:25~	
27日(月)	尿検査	全学年	朝、登校したら教室の回収袋に入れて提出	
	心臓検診	1年・該当者	13:30~	半袖・短パン・ジャージの上
28日(火)	尿検査	該当者	朝、登校したら保健室の回収袋に入れて提出	
30日(木)	歯科検診	全学年	9:40~	朝、歯を磨いてくる

4月10日(金) 身体計測 9:40~11:30

自分の体の成長を知る機会です。人と比べず今までの自分との変化・成長を実感してみてください。

検査項目：身長、体重、視力、聴力※

※聴力は、1・3年のみ

検査場所：身長→ランチルーム(陽だまり)

体重→保健室

視力→体育館

聴力→理科室

持ち物：メガネ

※当日は、体育着登校です。



Present コーナー

5年目に突入!! なぜ、プレゼントにしたのか…Present という意味には「新しい毎日」という意味が含まれています。毎日がワクワク・ドキドキな日になりますように♪

「朝の15分 魔法使いが朝にかけた、自由の時間」

突然、目の前に現れた魔法使い

あなたに朝の15分 自由になる時間をくれました。みんなはこの時間を何に使いますか？



何に使おう…

ストレッチ

読書

二度寝

参考：保健室コーチング



で対応できる主なことを紹介します。

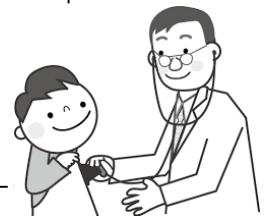
- ◆応急手当
- ◆身体的な休養
- ◆身体測定
- ◆心やからだの学習

その他、緊急時に備えて対応していきます。

学校医の先生方です

内科医 最上 聡 先生 (東京ファッションタウンビルクリニック)
耳鼻科医 清田 拓子 先生 (しののめ耳鼻科クリニック)
眼科医 川瀬 達也 先生 (しののめ眼科)
歯科医 宇戸 幸長 先生 (うと歯科クリニック)
薬剤師 谷口 信太郎 先生

学校医の先生方は、健康診断や医療講話、
環境衛生検査などで辰中生の安全と健康を支えてくださいます。



7つのまちがいさがせ

