



# ほけんだよい4月



平成31年4月9日（火）  
仲井真中学校保健室

## 入学・進級おめでとうございます

新学期がスタートしました。みなさんが心も体も健康で安全な学校生活が送れるよう、保健室からお手伝いしていきたいと思います。4月から6月にかけて、たくさんの検診や検査が行われます。自分の体の状態を知って、一年間を元気に過ごせるようにしましょうね。

金城中学校から転勤してきました。上江田聖名子です！！宜しくお願いします。

### 今月の保健目標

○ 進んで健康診断を受けよう  
生活習慣を身につけよう

**健康診断が始まります**

皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。  
しっかりと自覚を持って受けてほしいと鬼います。

この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、  
日々、健康的な生活を送れるよう心がけましょう。

### 健康診断を行う理由

- ① 体の発育状況や健康状態を把握するため
- ② 自分の体に関心を持ち、自分の体の状態を知るため
- ③ 病気や異常を発見し、なるべく早く治すため
- ④ 自分の健康課題に気づき、解決に向けて取

**健康診断の前の日の約束**

健康診断の前日は、  
お風呂に入ってからだを清潔にして  
おきましょう。目的に合わせて耳をそうじしたり  
歯みがきをていねいにしたり... つめをきちんと  
切っておきましょう。  
そして体調を整えるために  
早く寝るようにしましょう。☆☆

## ☆☆ 健康診断の日程 ☆☆

| 月 日                  | 検査項目               | 対象学年  |
|----------------------|--------------------|-------|
| 4月12日（金）             | 保健調査票・心電図問診票（1年のみ） | 全学年   |
| 4月17日（水） ※トレパン<br>登校 | 心電図検査              | 1年生   |
| 4月19日（金）             | 身体測定               | 全学年   |
|                      | 聴力検査               | 1・3年生 |
| 4月22日（月）～24日（水）      | 尿検査                | 全学年   |
|                      | （9：40～切）           |       |

\* この他にも、いろいろな検診や検査が6月まで行われます。

## 保護者のみなさまへ

保健関係書類を配布しました。ご記入の上、期限までに提出をよろしくお願いします。

①健康調査票（結核問診票・脊柱側弯症問診票込み）②心臓検診調査票（1年のみ）

③食物アレルギー調査票（1年のみ）

**提出期限 4月12日（金）**



今年度も健康診断等でお世話になる学校医の先生方です

学校医： 長田 清先生（長田クリニック）

学校歯科医： 大城 一乃 先生（ライオン歯科クリニック）

学校薬剤師： 玉津 亜矢 先生

内科検診や歯科検診、  
水質検査などを行う際に  
学校へ来て下さいます。  
名前を覚えておきましょ

## 保健室を利用するときは…

必要なときに必要な人が利用できるよう  
に、ルールを守って保健室を利用して下さ



学校で元気に

1日を過ごすために…

7登校前に健康チェックを！

