

4月 保健だよ！

令和3年4月6日

我孫子市立白山中学校
保健室

進級おめでとうございます。新しい友達、新しい先生、新しいクラス。これからの日々が
楽しい反面、「うまくやっていけるだろうか？」と緊張や不安もあると思います。でも安
心してください。不安なのはみんな同じです。最初の一步は、笑顔の挨拶から始めましょう。
保健室では、皆さんの健康作りを精一杯サポートしていきます。よろしくお願いします。

健康診断スケジュール2021

| | | | |
|----------|----------------|-----------------|---------|
| 4月13日(火) | 身体測定、視力検査 | 2年 | ※1, 2校時 |
| 4月13日(火) | 身体測定、視力検査、聴力検査 | 1年 | ※3, 4校時 |
| 4月14日(水) | 身体測定、視力検査、聴力検査 | 3年 | |
| 4月22日(木) | 内科検診 | 2年1~3組 | |
| 4月23日(金) | 第一次尿検査 | 全学年 | |
| 4月28日(水) | 耳鼻咽喉科検診 | 1年 | |
| 5月6日(木) | 内科検診 | 2年4~6組, 3年1組~2組 | |
| 5月10日(月) | 第一次尿検査 予備日 | 対象者 | |
| 5月13日(木) | 歯科健診 | 全学年 | |
| 5月17日(月) | 心電図検診 | 1年1~5組 | |
| 5月18日(火) | 心電図検診 | 1年6~7組 | |
| 5月20日(木) | 内科検診 | 3年3~7組 | |
| 5月25日(火) | 第二次尿検査 | 対象者 | |
| 6月16日(水) | 第二次尿検査 予備日 | 対象者 | |
| 6月21日(月) | 内科検診 | 1年1~4組 | |
| 6月22日(火) | 内科検診 | 1年5~7組 | |

健康診断では...

【こんなことが分かります】

- 発育の状況 (身体測定)
- 視力・聴力の目安 (視力検査・聴力検査)
- 皮膚の状態 (内科検診)
- 栄養の状態 (内科検診)
- 体・目・耳・鼻・口の病気の疑い (内科検診・耳鼻科検診・歯科健診・心電図検診)



【これは分かりません】

- 正確な視力・聴力
- 病気や不調の原因
- 病名 ● 治療法

★詳しい検査が必要な人にはお知らせをします。早めに医療機関を受診しましょう。

＜今年度お世話になる学校医、学校薬剤師の先生方＞

| | |
|-------|---------------------------|
| [内科] | 渡邊 冬嗣 先生 (わたなべファミリークリニック) |
| | 倉沢 卓見 先生 (くらさわクリニック) |
| | 太田 雪子 先生 (おおた医院) |
| [歯科] | 湊 勇人 先生 (みなと歯科医院) |
| | 神山 洋介 先生 (なかむら歯科) |
| | 根本 章吾 先生 (根本歯科医院) |
| [耳鼻科] | 新田 浩亮 先生 (新田医院) |
| [薬剤師] | 小野 武弘 先生 (あびこ本町薬局) |



おもしろ ほけん教室

[今回のテーマ]

不思議！体のものさし



健康診断は、自分の体の状態を知る大切な機会です。普段はあまり意識していませんが、体にはたくさんの情報があります。今回はその一部を紹介します。

手首の太さ

同じ大きさ、同じ長さの部分

片手の親指と中指で作った丸

本当だ!!

へそのいす

へ、本当だ

首の付け根にある骨から両手を広げたところ

胃の大きさ

これが胃の大きさ!?

その人がはく靴の大きさ(満腹時)

身長

両手をまっすぐに伸ばした時の長さ

首の太さ

両手の親指と中指で作った丸

足の大きさ

手首から肘までの長さ

心臓の大きさ

にぎりこぶしの大きさ

心臓の大きさ

～引き続き、感染予防～ 毎朝の健康チェックを忘れずに!!



「睡眠」はとれたか 「顔色」はどうか 「食欲」はあるか 「熱」はないか

- 咳
- のどの痛み
- だるさ
- 息苦しさ
- はないか

★登校前に検温をし、健康観察カードに記入します。毎日忘れずに提出してください。

保護者の方へ

保健調査票・結核健康診断問診票の記入をお願いします

保健調査票は保健室に保管し、健康診断の際の問診の役割を果たす他、病気やけがか発生した時の対応の際に重要な資料となります。それぞれの内容をよくご確認の上、今年度分を記入し、**4月12日(月)までに**、学級担任へご提出ください。なお、緊急時の連絡先や保険証の種類などに変更があった場合は、必ず書き換えてください。

また、結核健康診断問診票は内科検診時に使用しますので、こちらも記入をよろしくお願いします。

