

# 4月 保健だよ！

令和3年4月8日

我孫子市立白山中学校  
保健室

入学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。  
皆さんの健康作りをサポートする養護教諭の風見明美です。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＞

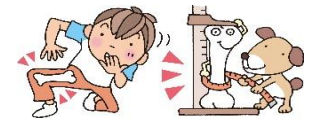
[内科]	渡邊 冬嗣 先生 (わたなべファミリークリニック)
	倉沢 卓見 先生 (くらさわクリニック)
	太田 雪子 先生 (おおた医院)
[歯科]	湊 勇人 先生 (みなと歯科医院)
	神山 洋介 先生 (なかむら歯科)
	根本 章吾 先生 (根本歯科医院)
[耳鼻科]	新田 浩亮 先生 (新田医院)
[薬剤師]	小野 武弘 先生 (あびこ本町薬局)



## 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!!

**へそのいち**

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。毎朝、教室に入る時に提出してください。

### 保護者の方へ

#### 保健調査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。それぞれの内容を正確に記入していただき、**4月15日(木)までに**、学級担任へご提出ください。なお、学年の途中で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、速やかに学級担任までお知らせください。

この他、健康診断の提出物には、結核健康診断問診票(5月下旬配付)と、心疾患調査票があります。こちらも記入をよろしくお願いします。

