

保健だより

健

ken

市貝中学校 2025.4.9

入学・進級おめでとう

新しいクラス、先生、教室に少しばかり慣れましたか？まだ緊張していますか？様々な目標や希望を抱いてスタートしたと思います。どんなことをやるにも「健康」が一番。まずは、身体測定からスタートです。健康診断で、体の状態を確認しましょう。

毎月の保健だよりでは、心と体に役立つ情報やアドバイスを載せます。表は生徒のみなさんに向けて、裏面は保護者の方にも読んでいただけるような内容にします。ぜひ、ご一読ください。



養護教諭の高津朱美です。保健室からみなさんの健康をサポートしていきます。
よろしくお願いします。

健康診断がはじまります

定期健康診断では、自分の成長や健康状態を確認しましょう。

今年度お世話になる学校医の先生方

内科医 関澤 大輔 先生

歯科医 小峰 信広 先生

眼科医 関本 慎一郎 先生

薬剤師 町井 立子 先生



身体測定	4月 8日(火)	3学年
身長・体重・視力・聴力	4月 9日(水)	1学年 2学年
内科検診	4月 24日(木) 13:30~	1学年
	5月 1日(木) 13:30~	2学年
	5月 8日(木) 13:30~	3学年
歯科検診	4月 25日(金) 14:00~	1年生、2-1、2-2
	6月 3日(火) 14:00~	2-3、3年生
眼科検診	6月 18日(水) 13:30~	全学年
血液検査	5月 9日(金) 9:00~	全学年
	7月 1日(水) 11:00~	欠席者のみ
腎臓検診	1次	4月 22日(火) 朝
	2次	5月 14日(火) 朝
心臓検診	1次	5月 21日(水)

感染症予防対策

季節を問わず感染症が流行っています。集団で生活する学校では、感染しないようにすることと、感染を広めないようにすることが必要です。体調が悪い場合は、無理して登校せずに、自宅で様子を見たり、医療機関を受診したりしてください。

予防対策の基本、手洗いや消毒を励行しましょう。教室前の消毒を利用してください。

保護者の皆様へ

お子様の入学、進級おめでとうございます。保健室では、今も将来的も健康な生活を送る事が出来るように支援していきます。何かと保護者の皆様に御協力いただくことがあると思います。どうぞ、よろしくお願ひします。



定期健康診断の実施に御協力ください

保健関係の書類を回収しています。期限までに提出いただけようお願いします。

定期健康診断は、1年間の成長の様子や身体の異常や病気の発見のために必要な検査です。検査日が限られていますので、欠席せずに受けられるようにしてください。特に、腎臓検診(尿検査の提出)は忘れずに提出できるようお願いします。

また、各検査が終わりましたら、検査や治療が必要な場合は結果をお知らせします。お手元に届きましたら、すみやかに医療機関を受診し、その結果をお知らせください。視力については、C 以下の生徒にお知らせします。適切な視力が保てるように専門医の受診をお勧めします。なお、各検査とも異常なしの場合は通知しませんので御了承ください。

色覚検査について

希望があれば、随時実施しますので、御連絡ください。

緊急時の連絡先について

緊急連絡カードで連絡先をお知らせいただき、ありがとうございます。仕事や家庭の都合で連絡先が変更になる場合には、必ずお知らせくださいようお願いします。

お父さんも
読みください

こどもの心 「思春期の子どもとの距離感」

思春期になると子どもは、昨日まで何とも思わなかったことが気に障り、今まで「はい」と言えたことが「なんで?!」とか鬱陶しいと感じるようになります。殊に一番身近にいる大人の親には反対的な態度に。これが正に思春期です。無条件に尊敬と親愛の対象だった親が一人の人間「大人」として見えてくる。だから、批判や反発が言葉や態度になって現れてきます。「お父さんの〇〇が嫌」「お母さんの〇〇が気に入らない」「お父さんとお母さんがけんか腰で話す」…思春期の子どもの目は厳しいです。雰囲気にも敏感です。

反対的な態度に「なんだ!そんな言い方して!」とか「ふざけるな!」とか血氣怒気に駆られてしまっては、親子の溝は深まるばかり。最低限の安全は守りつつ、適度な距離感が思春期の子どもには必要です。だからと言って、まるきり手を放してしまうと子どもが不安になります。何でも子どもの言いなりになってしまっても良くありません。時と場合によっての適度な距離感を見つけたいものです。父母という安心して反抗できる基地があってこそ、反抗しながら大人になっていく思春期の子ども達です。



「どうしたものか?」と困ったとき、迷った時には、一緒に考えていきましょう。

今後の保健だよりは、メール配信となります。毎月、目を通していただけるようお願いします。