



ほけんだより

優飛勇進

野崎中学校
保健室

R4・4・11 発行

入学・進級おめでとうございます。

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。新生活に期待とワクワク感があふれて
 いる一方、初めての環境にあっただけの生活リズムをつくっていただくこと
 無理をせず、今の環境にあっただけの生活リズムをつくっていただくこと
 2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。学年がひとつ上がり、やはり新た
 な気持ちです。張り切っていることでしょう。でも、あまり気負わずに過ごして欲しい
 と思います。
 新型コロナウイルス感染症については、まだまだ油断できない日々が続きます。感染対策を当
 り前にしっかりとやっていきましょう。また、新しい環境、新しい人間関係には、自分が
 感じる以上に心身の疲れを呼び込みます。よく食べ、よく寝て…自分のペースで過
 していきましょう。

みんなの保健室 ルールやマナーを守って 利用しましょう

ケガの応急手当や 具合が悪い時の一時休養に 	体や心の健康について 知りたい時・調べたい時 	悩みを抱えている時
できるかぎり 先生に 断ってから利用します 	他の人の迷惑にならない ように 静かに入ります 	保健室にあるものは 一声かけてから使います

ほけんしつから

～保護者の方へ連絡～

①保健関係の書類について

1年間、健康で充実した学校生活が送れるように4月～6月にかけて健康診断を行います。
 (定期健康診断日程一覧や学校医については、別紙参照してください)

本日配布の各種調査票の記入、早めの提出(18日まで)に御協力をよろしくお願いしま
 す。

②新型コロナウイルス感染防止協力について

今年度も、手洗い、うがいはもちろんのこと、毎朝の検温、マスク着用、健康観察に御
 協力をよろしくお願いいたします。特に、検温と記録表の記入についてはしっかり継続し
 てください。心身の健康について、何か心配なこと、不安なことがある場合には遠慮なく学校ま
 で連絡くださるようお願いいたします。

みなさんこんにちは。養護教諭の野中恵子です。本校勤務4年目になりました。生徒の
 顔が毎日共々過していくと、輝いて見えます。この輝きがもたらすように、生徒の元氣
 な毎日を送りたいと思います。生徒だけでなく、保護者の皆様もお気軽に保健室にお立ち寄りく
 ださい。どうぞよろしくお願いいたします。

なぜ健康診断をするの？ なぜ大切なの？

★健康診断は法律で定められた学校行事です！

「学校保健安全法」という法律では『学校においては、毎学年定期に、児童生徒等（通信による教育を受ける学生を除く。）の健康診断を行わなければならない』（第13条）とされています。健康診断は、その実施について法律で義務として明記されている、重要な学校行事なのです。

★大切な理由…健康診断の主な目的とは？

- ・ 体の発育発達の様子や健康状態を調べる
- ・ 病気や異常を早期に発見し、早期治療につなげる
- ・ 自分の体を知り、関心をもつきっかけになる
- ・ 健康になるための課題（健康目標）に取り組む



健康は私たちが生きていく上で欠かせないもののひとつ。学校での勉強や運動はもちろん、趣味や遊びも、体や心が元気であればこそできるのです。また、学校での健康診断は、みなさんの「いま」の健康をチェックするとともに、「将来」にわたって健康に過ごせるよう、その方法やポイントを学び、今後に活かすための場でもあるのです。

★学校の健康診断では、こんなことを調べます！

身体計測	身長、体重など体の成長の様子
内科検診	栄養がとれているか、心臓や肺の音、骨や皮ふの様子
運動器検診	骨や関節、筋肉に異常や病気がないか
眼科検診	目や目のまわりに異常や病気がないか
歯科検診	むし歯がないか、歯肉や歯垢の状態、歯ならび
耳鼻科検診	耳・鼻・のどに異常や病気がないか
結核検診	「結核」という病気にかかっているかないか
視力検査	目がどのくらい見えているか
聴力検査	耳がどのくらい聞こえているか
心電図検査	心臓のはたらきに異常がないか
尿検査	じん臓病や糖尿病にかかっているかないか

