



令和8年4月6日発行  
西東京市立田無第四中学校  
保健室

## ❖進級おめでとございます❖

2, 3年生のみなさん、進級おめでとございます。新しい教室、友達、先生など新しい環境で期待と不安が入り混じっているかと思います。この季節は知らず知らずのうちに緊張をし、思っている以上に心も体も疲れるものです。頑張りすぎて疲れてしまったなと思った時には、休日などにのんびりとする時間を作りましょう。



明日は1年生も入学してきます。これまでの経験を活かし、先輩として見本になるような皆さんでいてください。保健室は皆さんが安心して過ごせるようにサポートする場所です。体調がすぐれない時や、困ったことがあった時は気軽に相談してください。ね。

《4月の保健目標》

自分の健康状態を知ろう

今年も健康に気をつけながら充実した1年にしましょう！

## ❖1年間よろしくおねがいします❖

みなさん保健室の正しい使い方は覚えていますでしょうか？ルールを守って利用し、よいお手本になってくださいね。

### ●保健室でできること●

#### ・応急処置

☞ケガをしたときの応急処置や体調が悪いときに必要に応じて休養をします。

#### ・発育測定等

☞身長、体重、視力、血圧などを休み時間や放課後に測ることができます。測りたい人は声をかけ保健室に来て声をかけてください。

#### ・健康相談

☞体のことで気になることや健康についてなど相談にのることができます。

### ●保健室利用の注意点●

・保健室にくるときには、必ず担任の先生または教科の先生に「保健室連絡票」を記入してもらいましょう。※保健室に来ていることを誰も知らないということがないようにしてください。

・保健室は応急処置の場なので、同じケガの手当を何日も続けることはできません。必要ならば、病院を受診しましょう。

・保健室で氷のうや保冷剤、湯たんぽを借りた時は、速やかに返却してください。みんなで使うものなのでマナーを守って使いましょう。

・保健室は具合の悪い人やケガをした人が利用する場所です。用事のある人は静かにノックをして入るようにしましょう。

お世話になる先生方

内科	野田 一臣	先生
歯科	三村 博	先生
眼科	伊藤 裕子	先生
耳鼻科	石田 博義	先生
薬剤師	小峰 和美	先生

よろしくお願ひします。



## ❖ご提出お願いします❖

以下の書類を4月13日(月)までにご記入の上、担任にご提出ください。

- ①保健調査票・緊急連絡票
- ②結核検診問診票

- 緊急時の保護者への連絡は『保健調査票』により行います。日中、必ず30分以内に連絡がつくご連絡先をご記入ください。(お勤め先等)
- 緊急時に医療機関に持参し、情報を伝えますので、疾病やアレルギーなど健康面について正確にご記入ください。
- 自宅連絡先・緊急連絡先(保護者の勤務先・携帯電話など)変更の場合には、学級担任へ必ずお知らせください。
- 『結核検診問診票』は中の質問1～5にご回答の上、ご提出ください。
- 訂正がある場合には、朱書きでお願いします。

## ❖健康診断がはじまります❖

1年に1度、自分の健康状態を知り、必要なケアをするために健康診断があります。

学校での健康診断はスクリーニング(疑わしいものを選び出すこと)です。実際に異常があるかどうか、またその原因や治療法を知るためには医療機関での診察や検査が必要です。“所見あり”のお知らせを受け取った人は、速やかに受診をしましょう。

月	日	曜	内容	時間	対象	場所
4	16	木	内科検診	8:50~	2年生	保健室
	17	金	腎臓検診1次	1校時前までに提出	全学年	保健室前
	21	火	耳鼻科検診	9:00~	全学年	保健室
	23	木	腎臓検診1次(追加)	1校時前までに提出	全学年	保健室前
	28	火	心臓検診	9:00~	1年生+対象者	図書館
5	21	木	腎臓検診2次	1校時前までに提出	全学年	保健室前
	27	水	腎臓検診2次(追加)	1校時前までに提出	対象者・未提出者	保健室前
	26	火	身体測定・体力テスト	1校時~4校時	全学年	各会場
	28	木	内科検診	8:50~	1年生	保健室
	29	金	腎臓検診最終	9:00~12:00	対象者・未提出者	田無庁舎
6	1	月	歯科検診	8:50~12:40	全学年	図書館
	4	木	内科検診	8:50~	3年生	保健室
	15	月	眼科検診	13:25~	全学年	保健室
7	6	月	歯科健康教育 (歯科衛生士指導)	2, 3, 4時間目	1年生 ※2クラスずつ実施	各教室
9	17	木	修学旅行前検診	8:50~	3年生希望者	保健室
11	26	木	脊柱側弯検診	13:30~	1年生・対象者	ホール
1	28	木	移動教室前検診	9:00~	1年生希望者	保健室