

🌸保健だより🌸 第1号

入学・進級おめでとうございます

令和6年4月10日
長崎市立梅香崎中学校 保健室

新しい年度がスタートしました。春休みの生活はどうでしたか？早く学校生活のリズムを取り戻せるように、「早寝・早起き・朝ごはん」を意識しましょう。

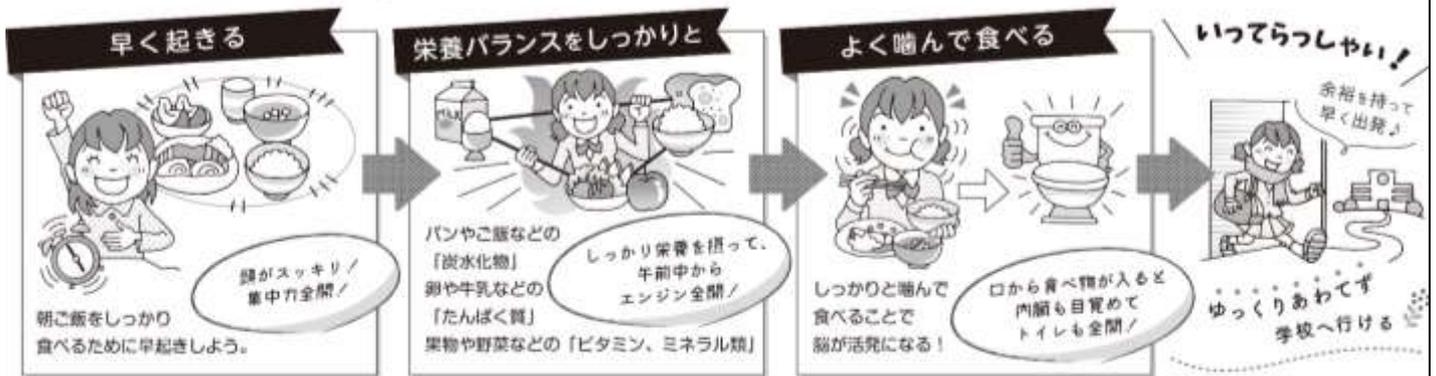
1学期は健康診断があります。検診前には保健だよりでお知らせしますので、よく読んで準備しておきましょう。今年度の学校保健目標とスローガンをお知らせします。スローガンは今年度新たに作りしました。

今年度の学校保健目標

「自分の心身の健康に関心をもち、生涯にわたって健康を保持増進できる自己管理能力を身につける」

スローガン「自分の健康は自分で守る」

朝食から始まる元気な1日！



・保健調査票(全学年)
・結核健康診断問診票(全学年)
・心臓病調査票(1年生のみ)
・フッ化物洗口同意書(全学年)

しめきりは1年生:4/12(金)
2・3年生:4/11(木)です

学校医紹介

学校医 ■■■ 先生 (かご町サトウ医院)
学校歯科医 ■■■ 先生 (星野歯科医院)
学校薬剤師 ■■■ 先生 (大浦中央調剤薬局)

保健室紹介

昨年度8月に育児休業から復帰し、梅香崎中学校5年目になりました養護教諭の■■■です。この1年は特に「自分の健康は自分で守る」という意識を持ってほしいと思っています。まずは、自分で意識して生活習慣を整え、体調を管理していきましょう。皆さんが1年間健康に過ごすことができるよう、精一杯サポートしていきます。体や心の健康について一緒に考えていきましょう。

話を聞くことが好きなので、いつでも気軽に保健室へ来てくださいね♪どうぞよろしくお願いいたします。

定期健康診断＜4月の日程＞

月日	内容	対象	検査場所	備考
4月11日(木) 1・2校時	身体測定	全学年	保健室・1年多目的室	全校一斉に実施 体操服・めがね・コンタクトを 忘れずに！
	視力検査		各クラス教室	
	聴力検査		放送室・コミュニティ室	
4月22日(月)	2・3校時 歯科検診	3年生	保健室	必ず登校前にはみがき しておきましょう
4月23日(火)		2年生		
4月24日(水)		1年生		

健康診断

明日行います！

第1弾！明日行う予定の項目をお知らせします。

身体測定

体操服で測定します。測定の日には体操服を忘れないようにしましょう。測定結果は一人ひとりの成長の記録を毎学期家庭に持ち帰ります。身長・体重は学期始めに年間3回測定します。

視力検査

メガネやコンタクトを持っている人は、必ず検査のときに持ってきてください。結果は眼科の検査が必要な人のみプリントでお知らせします。なお、学校での検査はスクリーニング（異常を見つけるための一斉検査）です。結果が気になるときや視力低下が気になるときはその都度申し出てください。

聴力検査

前日には耳掃除をしておきましょう。医師の診断が必要な人のみプリントでお知らせします。

色覚検査について

平成15年度、学校保健法の改正により、健康診断による色覚検査が全員に向けては行われなくなりました。しかし、先天色覚異常（色の区別がつきにくい）は現在もみられます。職業や進学など、進路に色覚異常が影響することもあります。お子さんの普段の生活や授業などで不安があるという場合には、希望者のみ検査を行います。検査の希望がある場合には、養護教諭までご連絡ください。

コンサルテ室紹介

梅中には、校舎2階の一番端にコンサルテ室があります。昼休みなどに利用することができます。スクールカウンセラー ■■■■■ 先生は毎週金曜日（たまに大浦小勤務のときもあります）、心の相談員 ■■■■■ 先生は火・木・金曜日（不定期）にいます。昼休みはもちろんです。個別に話したいことや相談したいことがあるときには、担任の先生などを通じて時間をつくるすることができます。保護者の方の面談もできますので、学校までお気軽にお問い合わせください。