

ほけんだより

4
月

七尾市立七尾中学校
令和7年4月8日

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度を迎える生徒一人ひとりが安心して元気に一年を過ごせるよう、保健室からサポートしていきたいと思います。よろしくお願ひします。



健康診断が始まります

健康診断って なにをするの？

自分の体のことがわかります

成長のようすや
どのくらい健康か
知る手がかりに



みんなの体に
病気や異常がないかを
調べます
詳しい検査や
治療を受ける
きっかけに



自分の体のことを考える機会です
「もっと健康になるには？」
「これからも健康でいるには？」
いっしょに考えましょう



自分の体や健康に関心を持つきっかけにしてください。

4・5月の健康診断日程

項目	日時	対象学年
視力・聴力	4/9(水)	1.2限目 2年
視力	4/9(水)	3.4限目 3年
視力・聴力	4/10(木)	1.2限目 1年
身体測定	初回	体育時 隨時
内科検診	4/17(木)	13:30~ (男子) 3年・11H・12H
歯科検診	4/23(水)	8:45~ 11H・12H・13H
歯科検診	4/24(木)	9:00~ 14H・21H・22H
内科検診	5/2(金)	13:30~ (女子) 3年・11H・12H
心臓検診	5/7(水)	13:20~ 1年
内科検診	5/9(金)	13:30~ (男子) 2年・13H・14H
尿1次検診	5/14(水)	登校時 全生徒
歯科検診	5/14(水)	8:45~ 23H・24H・31H
歯科検診	5/22(木)	9:00~ 32H・33H・34H
内科検診	5/23(金)	13:30~ (女子) 2年・13H・14H
尿1・2次検査	5/30(金)	登校時 対象者のみ

お世話になる学校医の先生方です

内科	奥村義治	おくむら 内科胃腸科医院
	北村裕紀子	北村病院
歯科	杉原 徹	杉原歯科医院
	眞館藤夫	マダチ歯科医院
眼科	清水了	清水眼科
	山本ひろみ	やまもと眼科
耳鼻科	八尾 亨	公立能登総合病院
	山田和宏	恵寿総合病院
薬剤師	瀬川孝司	瀬川薬局



健康診断についてのお願い

①欠席した場合

学校医の医療機関で受診をお願いします。(保護者引率)後日、必要書類をお渡しますので、それを持参して受診してください。

②歯科検診について

午前中に検診があるので、朝家でしっかり歯みがきをしてください。

しっかりみがいてきてね!



保健室はこんなところです

できること



できないこと



ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときは、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



保

行く前に先生に伝える



健

黙って保健室に行くとみんな心配します。ひとこと伝えましょう。



室

入退室のときはあいさつをする



利



用

入るときは学年・組・名前を教えてね。出るときはお礼も忘れずに。



の

保健室内では静かにする



ル

ベッドで休んでいる人がいるかもしれません。大きな声は控えて。



ー



授業中に保健室で休みたいと思ったときは、

保健室来室許可証

が必要です。

健康観察表にはさんであるので、教科担任の先生にサインを書いてもらいましょう

