

ほけんだより4月

令和8年4月8日
小平市立小平第三中学校
保健室



保健室では、みなさんが心も体も健康に学校生活を送れるように応援とサポートをしていきます。どうぞよろしくお祈りします。

健康診断が始まります！4月～5月上旬の予定

健康診断結果を、自分の健康管理に活かせる人になってほしいと思います。

日にち	時間	対象	健康診断内容	注意事項
4月15日(水)	1時間目	3年	身体測定 体力測定(2種目)	ジャージ登校(半そで・短パン) メガネを使っている人は持参 ※10組は別日に実施
	2時間目	1年		
	3時間目	2年		
4月17日(金)	8:45回収	全学年	※尿検査1次1回目	前日16日(木)に容器を配布
	放課後	欠席者	身体測定	半そで・短パンを持参
4月22日(水)	1～4時間目	2年	内科検診	ジャージ登校(半そで)
4月24日(金)	8:45回収	全学年	※尿検査1次2回目	前回提出できなかった人はこの日に提出する。
5月1日(金)	1～2時間目	1年	心臓検診	ジャージ登校(半そで・短パン)
5月8日(金)	1～4時間目	2年	歯科検診	朝の歯みがきをていねいに
5月13日(水)	8:45回収	2次対象者 1次未提出者	※尿検査1次2回目	1時間目が始まる前までに自分で保健室へ提出
	1～4時間目	3年・10組	内科検診	ジャージ登校(半そで)
5月14日(木)	8:45回収	2次対象者 1次未提出者	※尿検査2次2回目	1時間目が始まる前までに自分で保健室へ提出
	5時間目	全学年	眼科健診	不織布マスクを用意

※尿検査1次の提出日は、17日・24日と1週間空いています。どちらかで提出してください。

内科検診について

本校では、生徒のプライバシーや心情に配慮し、以下の対応をとって行います。

- ・男女別に並び、パーテーションを使って個別の検査・診察スペースを確保する。
- ・心音の聴診は、下着は着けたままで、半そで体育着の下から聴診器を入れて行う。

※正確な脊柱・胸郭・皮膚の状態等を見る際に、プライバシーに配慮しながら脱衣のうえ状態を見ることもあります。

保健室ってどんなところ？

- ◎ **けがをしたとき**
ばんそうこうやシップを貼るなどの応急処置をします。その後の手当ては、ご家庭でもらってください。
- ◎ **体調が悪いとき**
熱を測ったり、少し休んで様子を見たりします。1時間を目安として、回復しないときは早退します。
※病院ではないので、飲み薬をあげることはできません。
- ◎ **悩みや心配事があるとき**
一人で抱えこまないで、ぜひ相談に来てください。どうしたらよいか一緒に考えましょう！

保健室を利用するときは・・・

- ▼ 『**保健室連絡票**』が必要です。

次の授業に遅れそうな場合や休むかもしれない場合は、太枠の中を記入して、次の授業担当の先生に必ずサインをもらってから来てください。一人で来るのが不安なときは、保健委員に付きそってもらいましょう。※教卓横においてあります。

- ▼ 少しのけがや体調不良のときは、なるべく休み時間に利用するようにしましょう。
- ▼ 休んでいる人がいるときは、病気やけが以外の利用は控えましょう。

みんなで協力して「気持ちよく安心して利用できる保健室」にしていきたいと思ひます。ご協力よろしくお祈りします。

令和8年度 お世話になる学校医の先生方

内科	清水 寛先生	「しみず循環器内科クリニック」 花小金井南町1-26-35	TEL 042-450-5288
耳鼻科	村川 哲也先生	「喜平橋耳鼻咽喉科」 喜平町1-7-26	TEL 042-332-3387
眼科	東 雅美先生	「あずま眼科医院」 学園東町3-4-5	TEL 042-316-5334
歯科	中島 潔先生	「なかじま歯科医院」 花小金井南町1-14-22	TEL 042-451-3561
薬剤師	松村 聡恵先生	「みずほ薬局」 花小金井南町1-18-25	TEL 042-451-9317

自分の健康は自分で守る！

※太枠の中を記入して、次の授業の先生のサインをもらって来ること

保健室連絡票		月	日	()	
年	組	名前			
頭痛・腹痛・気持ち悪い・吐き気・だるい・めまい すり傷・切り傷・打撲・捻挫・つき指・鼻血 トゲ・やけど・その他()					
上記の症状で保健室に行かせます。				時	分
教員サイン					
保健室からの連絡 () °C					
① 休ませました。() 時間目					
② 授業をうけながら様子を見てください。					
③ 早退させます。 <input type="checkbox"/> 家庭連絡 未→(連絡をお願いします)・済					
④ 応急処置をしました。					
⑤ 帰宅後の様子で医師の診断を受けてください。					
<input type="checkbox"/> 家庭連絡 不通→(放課後に連絡をお願いします)・済					
⑥ これから休ませます。() 時間目					
⑦ 再度保健室へ来てください。					
⑧ その他()					
上記の処置をしました。				時	分
保健室サイン					
教室へ戻ったら					
生 徒 → 教科担当の先生 → 担任の先生 に見せましょう。					

＊保健だより＊ 7つのまちがいがし



左奥の子に（影もさむ）/時計の時刻/検査している左の生徒の足（影もさむ）/検査している右の生徒の右手
/記録している右の先生の服のポケット/順番待ちの手前の生徒のつばき（←スリッパ）