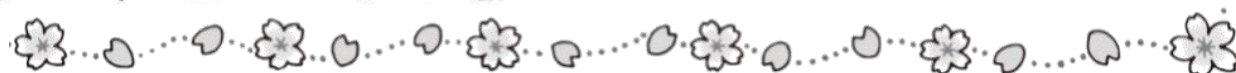


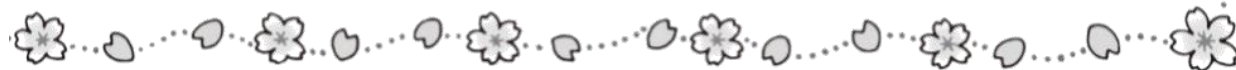


令和7年度4月号
大阪市立北稜中学校
保健室



ご入学、ご進級おめでとうございます！
新しいクラスや担任の先生の発表があり、ドキドキの1日でしたね。
明日は発育測定・視力検査があります。忘れ物のないよう準備しておいてくださいね。

保健室も、みなさんが元気に学校生活が送れるようにサポートしていきたいと思っています。これから1年間、どうぞよろしくお願いします。



健康ってなんだろう？

体の健康	心の健康	生活の健康
病気やケガなく過ごせること	いきいきと自分らしくいられること	友だちや家族といい関係でいること



保健室は、みなさんが「健康」でいられるよう、お手伝いするところ。ケガをしたときだけでなく、困っていること、聞きたいことがあるときも、ぜひ来てくださいね。

4月の保健行事

9日（水）発育・視力測定（全学年）
21・22日（月火）尿検査（全学年）
22日（火）内科検診（3年）
24日（木）内科検診（1年）

こころが
つらいときも

保健室へ

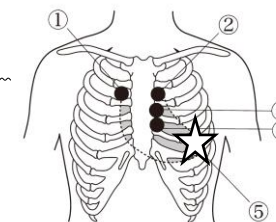
- ✿ 保健室は応急処置を行う場所ですが、こころが辛いときも来てください。
- ✿ 自分の居場所がないと感じたとき、保健室の先生に話しかけてください。
- ✿ あなたの話をていねいに聞きます。周りの大人に言えないことも相談してみてください。
- ✿ 保健室はあなたの気持ちを素直に表現してもいいところです。
- ✿ あなたが笑顔になることが、保健室の先生の望みです。



「健康診断」で何がわかるの？

「内科検診時の下着について お願い」

女子の内科検診時は、下着1枚を着用しての検診となります。
下着については、ブラジャー、タンクトップ、キャミソールなど、
どれか1つのみ着用してください。
ただし、カップ付きタンクトップ・キャミソールにつきましては、
図☆部分の聴診がしにくくなりますので避けてください。
当日までに準備していただきますようよろしくお願いします。



身体測定	バランス良く成長できているか。 肥満や、やせはないか。 	視力検査・眼科検診	見えにくくなっていないか。 目の病気はないか。
聴力検査 耳鼻咽喉科検診	聞こえにくくなっていないか。 耳・鼻・のどの病気はないか。 	歯科健診	むし歯や歯周病はないか。 歯並びやかみ合わせの状態はどうか。
運動器検診	骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。 	尿検査	腎臓の病気や、糖尿病などはないか。
内科検診	心臓や肺、皮膚などに異常はないか。 貧血はないか。 栄養状態に問題はないか。 	心電図検査	心臓に病気や異常はないか。