

ほけんだより

4月

令和7年4月発行
大阪市立東中学校
保健室

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい1年のスタートですね。緊張や不安もあるとは思いますが、焦らず、自分のペースで大丈夫です。学校生活では授業・部活動や、今月には万博教育などの行事もあります。しっかりと食事・睡眠をとって、生活リズムを整えていきましょう。

健康診断が始まります

4月9日からさっそく健康診断が始まります。異常の早期発見につなげるだけでなく、自身の健康状態や成長を知る絶好の機会です。生活を振り返り、どのようにして自分の健康を守っていいのか、ぜひ考えてみてください。

各健康診断で所見があった生徒にはお知らせを渡しますので、お早めに受診をお願いします。

【健康診断の日程（※変更になる可能性もあります）】

4月9日（水） ※体操服で登校です。	発育測定、視力検査（全学年） 聴力（1、3年）	4月22日（火）	内科検診（1年）
		4月23日（水）	耳鼻科検診（1、3年）
4月10日（木）	眼科検診（3年）	5月8日（木）	尿検査一次（全学年）
4月11日（金）	眼科検診（2年）	5月9日（金）	
4月15日（火）	眼科検診（1年） 内科検診（3年）	5月14日（水）	歯科検診（全学年）
		5月24日（土）	心臓二次（一次有所見者）
4月16日（水）	耳鼻科検診（2年）	5月30日（金）	尿検査二次（一次有所見者、未提出者）
4月18日（金）	内科検診（2年）		
4月21日（月）	心臓検診一次（1年全員、2、3年要管理者）		

学校医の先生を紹介します

- ☆内科・・・和田 正彦 先生（和田医院） ☆薬剤師・・・宮 卓子 先生（宮薬局）
- ☆歯科・・・大橋 保彦 先生（おおはし歯科医院）
- ☆眼科・・・十河 薫 先生（北浜眼科クリニック）
- ☆耳鼻科・・・白石 孝之 先生（白石耳鼻咽喉科）



保健室利用について

☆体調が悪いときなど保健室を利用したいときは、教室か職員室で「保健室来室届け」を記入してもらい、訪室しましょう。（※緊急時を除く）

☆保健室で内服薬をお渡しすることはできないので、普段のんでいる薬がある人は、忘れずに薬・飲み物を持参してください。

手当てをするところ

学 校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へ来てください。
ただし、「昨日のケガのガーゼを換えたい」はダメ。あくまで一次処置の場所です。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。

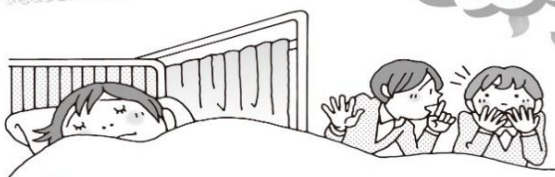


相談するところ

悩 みごとがあるとき、養護教諭が相談にのります。ケガ人や急病人がいるときは少し待ってもらうことがあるかもしれません。
他の人がいないときに話したいという人は、日時を決めて約束をしましょう。



静かなところ



体 調が悪いとき、一時的に休養できます。
保健室では具合が悪くて静かに休みたい人がいるかもしれないので、元気な人も保健室の中や前の廊下では大きな声は出さずに、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。

保健室ってどんなところ？

勉強するところ



保 健室には体や心に関する本が置いてあります。知りたいことがあるときは読みに来てもいいですよ。
また、ケガをしたり体調不良になったとき、今後そうならないためにはどうすればよいかについても一緒に考えます。

SC:スクールカウンセラー相談について

今年からスクールカウンセラーとして溝畑 伸枝 先生が新たに來られます。心に悩み事のある生徒、保護者の方の相談を受け付けています。

相談日は毎週木曜日、事前の予約が必要です。担任の先生か、教頭先生に連絡してください。
場所は新校舎2階のカウンセリングルームです。

養護教諭の山村 ^{やまむら} 紀代子、野手 ^{きのよこ} 麻里奈、上杉 ^{のて} ひなのです。
^{まりな} ^{うえすぎ}

みなさんが元気に学校生活を送れるように、日々サポートしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

