

大阪市立横堤中学校  
保健室  
2019. 4. 8



## 入学・進級おめでとうございます

みなさんが充実した学校生活を送れるように、  
健康面のサポートを全力でしていきます。  
保健室の 岸本 真弓(きしもと まゆみ) です。  
どうぞよろしくお願いいたします。

## こんなときは保健室に来てくださいね！



## 健康診断を受ける前のやくそく



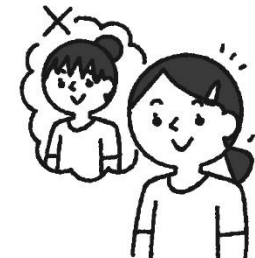
前日の日はお風呂に入って  
清潔にしておく



睡眠をしっかりとって  
体調を整えておく



メガネやコンタクトをしている  
人は忘れずに持ってくる



髪の毛が目や耳に  
かからないようにまとめる

元気に学習したり、運動したりするために  
行うのが、健康診断です。

## 健康診断 の 目的は



### 健康面の問題をスクリーニング

健康面の問題や病気の疑いがないかを調べます。これをスクリーニングと言います。もし「疑いあり」の結果が出たら、早めに病院でみてもらいましょう。



### 自分の成長について知る

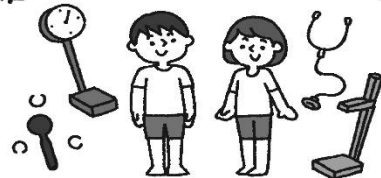
からだのバランスよく、順調に成長しているかを調べます。生活習慣病につながる肥満や、ダイエットによるやせすぎがあるときは、食生活について考えたり、運動の習慣をつけるきっかけにしましょう。



### 自分のからだに関心をもつ

自分のからだや健康に関心をもつきっかけにしてほしいです。そして毎日の生活の中で、そのことを生かしていきましょう。

## 健康診断が始まります



### <4月の予定>

- 9日(火) … 身体測定、視力検査、聴力検査
- 12日(金) … 内科検診(1年)
- 16・17日(火・水) … 尿検査
- 19日(金) … 内科検診(3年)
- 23日(火) … 心臓検診  
(1年、2・3年対象者)

## 今年お世話になる 学校医の先生方です

学校医の先生は、みなさんの健康を守るために、健康診断の他にも、さまざまな健康面のサポートをしてくださいます。また薬剤師の先生は、みなさんが快適に過ごせるように環境や衛生面などのサポートをしてくださいます。

内科医	横山吉宏 先生
歯科医	北野一成 先生
耳鼻科医	橋内巧宏 先生
眼科医	塩見種裕 先生
薬剤師	茶谷里美 先生

先生方にお会いしたら  
気持ちのいい  
あいさつを

