

令和8年度(2026年度)

大阪市立加美中学校 保健室 NO. 1

ご入学・進級おめでとうございます！

今年度、加美中学校に着任した養護教諭の神澤 真里奈(かざわ まりな)です。

新年度がスタートしましたね。

きっとこれから始まる1年にドキドキ、ウクウクのことでしょう。

みなさんが1年間、心も体も元気でいられるよう、保健室からサポートしていきますね！

新しい教室、新しい友だちなど、新しいことが多い4月は心も体も疲れやすいです。

夜はなるべく早く布団に入って、体をしっかり休めましょう。

来る前にひとこと

できれば、授業担当の先生や、周りの人に一言伝えてから、保健室に来てください。突然いなくなると、先生やクラスメートが心配します。



ケガをしたら、これだけは

傷口に砂などの汚れがついている場合は水道で洗ってから、血がたくさん出ている場合はハンカチなどで傷口を押さえながら、保健室へ来てください。



あいさつを忘れずに

入退室時はノックやあいさつをしましょう。

〇年×組の△△です

ありがとうございました

失礼します

失礼しました



先生からのお願いです

保健室利用

マニュアル

継続的な処置はNG

休みの間のケガや、前にケガをしたところのガーゼの貼り替えなどは、お家でできてください。保健室で行うのは、応急手当だけです。



勝手にさわらない

応急手当の道具や測定器具などを使いたいときは、先生に声をかけてください。使い方を間違えて壊れたりすると、皆さんの人が困ります。



使ったら元の位置へ

使ったものは、次に使う人のために元の場所にきちんと戻してください。保健室から借りたものも、使い終わったら返却をお願いします。



さわがない

大きな声を出したりさわいだりするのはやめてください。体調が悪くて休んでいる人がつらい思いをしないように、配慮をお願いします。



健康診断が始まります

4月の予定

10日(金) 対象者: 全学年

- ・発育測定 体操服を持ってきましょう
- ・視力検査 メガネ・コンタクトを使用している人は持ってきましょう

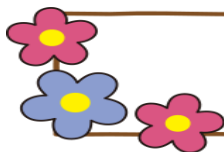
15日(水) 対象者: 1年、3年1・2組

- ・内科検診 心臓や肺の音を聴きます。また背骨や皮膚など全身状態も診ていただきます

16日(木) 対象者: 全学年

- ・眼科検診 目・目の周りの状態を診ていただきます

22日(水) 対象者: 2年、3年3組 内科検診



けがをしたときに伝えてほしいこと!



いつ? どうして?
どこで? 体のどこが?
だれと? どなった?

けがをしたときは、
ひだり ふだ さんこう
左の吹き出しを参考
つた
に伝えてください。
てきせつ しょうち
適切な処置をするため
たいせつ じょうほう
の大切な情報です。