

# ほけんだより 5月

令和6年5月2日  
上尾市立大石中学校  
保健室

## あたらしい環境には慣れましたか？

新学期が始まってから1か月が経ちました。新しい学校、新しいクラスはどうか？クラスや部活動など、新しい環境や周りとの関係にも徐々に慣れてきたところではないでしょうか。しかし、その一方、緊張がとけたことで、心身の疲れが出る頃でもあります。ゴールデンウィークなども活用して、それぞれ自分に合った方法でリフレッシュして疲れを癒しましょう。

また、雨の日が増えたり気温も上がったたりして、体調を崩す人や熱中症になる人が増えていきます。熱中症も心配されるようになりました。疲れているときは無理をしすぎず、適度に休みをとりながら健康な生活を送れるようにしましょう。

そして、3年生は修学旅行が控えています。体調管理や休みの日の過ごし方に注意して、充実した修学旅行になるようにしましょう。

## ～健康診断後の治療のお知らせについて～

4月から実施しております健康診断・身体測定について、受診が必要なご家庭にのみ治療のお知らせを配布させていただいております。治療のお知らせを受け取りましたら、早めに受診していただきますようお願いいたします。

また、全ての検診が終了次第、結果を健康手帳に記入してご家庭にお知らせいたします。

ご不明な点などがございましたら、大石中学校保健室までお問い合わせください。



## 体重の再測定について

さくら連絡網でもお知らせしましたとおり、4月10日から12日にかけて実施した身体測定につきまして、「体重の数値が2～4キロほど少なく測定されている」と複数の生徒・保護者の方からご指摘をいただきました。確認しましたところ、本校で使用している体重計に不具合が生じていることが判明いたしました。

今後、健康診断の時間等を使用しまして、全校生徒の体重を再測定させていただきます。結果の通知に関しましては、全健康診断終了後、健康手帳の返却をもって実施します。（7月頃を予定しております。）

測定は、各健康診断と同時に行います。1年生（内科検診と同日）：5月13日（1-1～1-4）、6月3日（1-5～1-7・もちの木）、2年生（眼科検診と同日）：4月30日済、3年生（9眼科検診と同日）：5月31日を予定しております。測定にはデジタル体重計を使用いたします。

ご迷惑とご心配をおかけしましたこと、お詫び申し上げます。



# 保健室の利用について

大石中学校の保健室では、利用する際にルールを設けております。よく確認して、ルールを守っての利用をお願いしております。

- ① 飲み薬は、ありません。
- ② テーピングはできません。
- ③ 保健室を利用したことを家の人に伝えましょう。
- ④ 先生に利用カードを書いてもらってから来ましょう。



## 生徒のみなさんへ

各教室にかならずあるよ！

保健室に来る前に、必ず先生に保健室利用カードを書いてもらい、カードをもって保健室へ来るようにしてください。また、保健室に行く前にクラスのお友達にも保健室へ行くことを伝えておきましょう。先生やお友達に伝えていないと、次の授業の先生が「いない！」と心配して、搜索されてしまうことが多くあります。

安心して保健室を使うためにも、ご協力お願いします。

保健室利用カード		許可サイン	
月 日		年 組	
許可した時間		生徒名：	
時 分			
<b>症状</b>		○をつけて下さい	
頭痛	腰痛	嘔吐	吐き気
寒気	セキ	気持ちが悪い	熱っぽい
のどの痛み	その他( )		
ケガ( )			
早退をします。	保健室サイン：		

時間帯	授業中	休み時間・昼休み	8:25前	放課後、緊急時
許可をもらう人	<u>授業の先生</u>	<u>原則</u> <u>次の授業の先生</u>	学年の先生	※利用カード不要 顧問には伝えましょう

## 今後の検診予定

- ・5月13日(月) 13:30~ 1の1~1の4 内科検診
- ・5月15日(水) 尿検査2次検査
- ・5月31日(金) 13:30~ 3年生 眼科検診
- ・6月 3日(月) 13:30~ 1の1~1の7・もちの木 内科検診
- ・6月 4日(火) 13:30~ 1年生 眼科検診
- ・6月 5日(水) 13:30~ 2の1~2の4 内科検診
- ・6月 6日(木) 9:00~ 全校生徒 歯科検診
- ・6月17日(月) 13:30~ 2の5~2の7 内科検診
- ・7月 8日(月) 8:50~ 2年生希望者 貧血検査
- ・7月11日(木) 貧血検査欠席者予備日(保護者引率、別会場)



大石中学校歯磨きキャラクター  
あわあわアフロ