



令和7年4月8日(火) 岩城中学校 保健室

保健室はこんなところです

できること



できないこと



ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてみましょう。



治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。



= ルールを守って利用しましょう =

- 保健室や保健室前の廊下では静かに過ごしましょう
- 保健室に来る前に必ず担任・教科の先生に伝えましょう
- 休養は原則1時間としています(多くの人が利用できるようにするためです)



裏面もあります👉

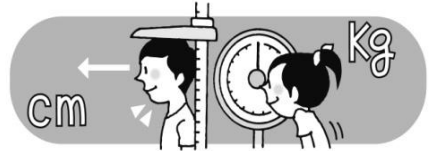
健康診断の連絡

4/10(木)3校時 ～身体測定、視力・聴力検査～

〈生徒のみなさんの動き〉

1. 朝、【身体測定カード】に学年、組、出席番号、氏名を記入してください。検査順序もメモしておこう！
2. 2校時終了後、体育着（半袖、ハーフパンツ、裸足になれるように）に着替えましょう。
3. 身体測定個人カードを持ち、各検査会場へ移動しましょう。
4. 検査会場では、担当の先生の指示に従って行動してください。

＊移動、待機中は静かに行動しましょう。



〈身体測定〉

1. 目的 自分の体がどれくらい発達したかを知り、栄養・健康状態を知る目安にします。
2. 場所 体育館（身長 → 体重）
3. 対象 全学年
4. 服装 体育着（検査直前で半袖・ハーフパンツに）、裸足（直前で脱げるように）
＊頭頂部に髪を結んだり、髪飾りをしたりなど測定の妨げになるような髪型は避けましょう。

〈視力検査〉

1. 目的 視力表を使い、どれくらい見えるかを調べます。
2. 対象 全学年（1年：保健室、2年：技術室、3年被服室）
3. 連絡事項
 - ・ メガネが必要な人は忘れずに。メガネやコンタクトレンズは装着したまま検査をします。
 - ・ 視力検査の結果、C・D判定だった人は専門医を受診するようにしましょう。



〈聴力検査〉

1. 目的 聴力が十分にあるかを調べます。
2. 対象 1・3年生（1年：面談室 3年：音楽室）
3. 連絡事項
 - ・ 前日に簡単に耳そうじをしておきましょう。（奥までやる必要はありません。）
 - ・ 検査の時は、耳が見えるように準備しておきましょう。（髪を結ぶ・髪をとめる・髪を耳にかける等）



提出物について

保健関係の提出書類を個人ファイルに入れて配付しています。必要事項をご記入の上、書類はすべて個人ファイルに入れて**4月11日(金)**まで提出をお願いします。

よろしくお願いします

岩城中学校のみなさん、はじめまして。4月から赴任した養護教諭の〇〇〇〇です。みなさんの大事な中学校生活を健康面から支えられるよう頑張ります。1年間どうぞよろしくお願いいたします。