

保健だより



R7.4.8 NO.1 鶴岡市立朝日中学校

ご入学・進級おめでとうございます！

新しい出会いや環境に不安と緊張、そして期待にと心膨らませていることでしょう。慣れるまでは疲れやすく体調を崩すこともあります。早めの休養を心がけ、元気な1年にしていきましょう！

今年度も「どれくらい成長したか」「病気の疑いはないか」を調べ、健診結果をこれからの生活に役立てることを目的として、下記の日程で定期健康診断がはじまります。自分の体のことをよく知り、自分の命も体も、そして他の人の命も体も、大切にしていましょ。また、健診を休まず受けられるよう、健康管理をしっかりとしましょ。

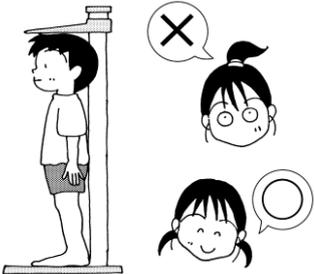
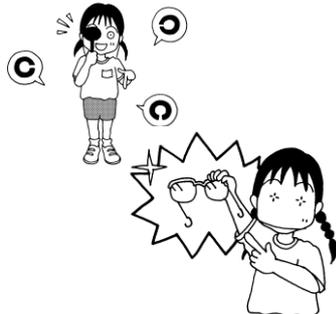
《令和7年度 健康診断日程》

月 日	検査項目	時 間	対 象	場 所	備 考	
4月	身体計測	9:35~10:25	全校生徒	やまびこ(男子) 保健室(女子)	本校職員	
	視力検査			各教室前廊下		
	聴力検査		1・3年生	技術室		
	15日(火)	内科検診	13:25~14:30	全校生徒	保健室	校医・養教
	17日(木)	耳鼻科検診	13:25~13:45	全校生徒	保健室	校医・養教
	18日(金)	眼科検診	13:25~13:45	全校生徒	保健室	校医・養教
	25日(金)	尿検査	登校後提出	全校生徒	保健室	健康管理 センター
心電図検査		9:35~9:10	1年生	保健室		
貧血検査		9:35~10:35	同意者	やまびこホール		
5月	9日(金)	歯科検診	13:25~14:30	全校生徒	保健室	校医・養教

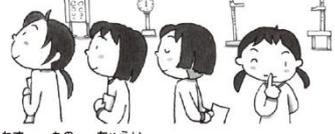
9日(水)は、身体計測〈身長・体重・視力・聴力〉です!

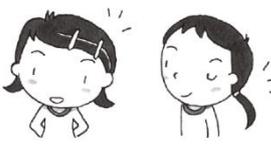
運動着が必要です。忘れずに持ってきてください!

☆体重測定は、運動着の半袖・ハーフパンツで行います。長袖長ズボンの下にきてきてください。

〈身長〉	〈体重〉	〈視力〉	〈聴力〉
<p>★背中・おしり・かかとが柱にくっつくようにします。</p> <p>★髪の毛を結ぶときには、頭の上や後ろに結ばないようにしましょう。</p> 	<p>★体重計の真ん中に、静かに乗りましょう。</p> <p>★体重計に勢いよく飛び乗ると、正確に計ることができません。</p> 	<p>★全員が測定します。</p> <p>★裸眼視力、矯正視力の両方を測ります。メガネを忘れずに持ってきてましょう!</p> 	<p>★1年生と3年生のみ検査します。</p> <p>★技術室前で、静かに待ちましょう。</p> 
<p>●バランス良く成長できているか、肥満ややせはないかなど調べます。</p>	<p>●見えにくくなっていないか調べます。</p>	<p>●聞こえにくくなっていないか調べます。</p>	

けんしん
検診をうけるときは…

- 1 しずま
静かに待ちましょう

- 2 わすものちゅうい
忘れ物に注意!
とくつかひと わす
特にメガネを使っている人は忘れずに

- 3 じゃまかみがた
邪魔にならない髪型に


今年度お世話になります 学校医の先生

- * 内科 … 遠藤 睦美 先生
(遠藤医院:板井川)
- * 歯科 … 齋藤 知也 先生
(さいとう歯科医院:上山添)
- * 眼科 … 福原 晶子 先生
(福原医院:本町二丁目)
- * 耳鼻科 … 伊藤 茂彦 先生
(伊藤耳鼻咽喉科医院:馬場町)
- * 薬剤師 … 阿部 さなえ先生
(鶴岡ひまわり薬局:日枝)



養護教諭の 佐藤礼子 です。

よろしく申し上げます。

