

# ほけんだより



2021年4月6日  
町田第二中学校  
保健室

入学・進級おめでとうございます。2021年度が始まりました。

学年が一つ上がり、今年度の目標を立てている人もいます。環境の変化から自分では感じていなくても、体や心が疲れやすくなる時期です。いつもより早めの就寝を心がけ、体調管理に気をつけてください。

心も体もさらに大きく成長する1年になるよう、保健室から応援しています！

## 保健室利用について

中学校では、「体調は自己管理」が基本となります。自分で考えて行動しましょう。

### けがをしたとき・体調が悪くなったとき

- ★できるだけ休み時間に、教科の先生や学年の先生に申し出をして、「保健室来室カード」をもらってから来室しましょう。
- ★「いつから、どこが、どのような感じ」か自分で説明できるようにします。
- ★けがをしたときや、保健室の先生に用事があるときは金工室側のドアから、体調が悪いときはほっとる一む側のドアから入ります。  
(ドアの掲示を確認しましょう。)
- ★様子によっては保護者へ連絡した後、早退になります。
- ★飲み薬はありません。
- ★けがをした翌日以降の継続的な手当はできません。また原則、お家でのけがの手当もできません。



### 休み時間の利用は計画的に

- ★中学校では昼休み以外は休み時間が短く、教室移動や授業の準備が多くなります。できるだけ授業に遅れないように利用しましょう。
- ★体や健康のことを知りたいときは、昼休みや放課後を利用しましょう。



### 心や体のことも相談できます

- ★心配事や悩み事があれば話に来てください。
- ★月曜日と木曜日にスクールカウンセラーが来校する予定です。保護者からの相談も受けています。



## 朝の健康観察をしてから登校しましょう！

朝、必ず検温しましょう。また朝から体調が悪い場合は、無理して登校せず、自宅で様子を見て、良くなってから登校するようにしてください。保護者の方のご協力もよろしくお願いいたします。

# 健康診断等の日程

みなさんの体の発育の様子や学校生活を送るうえで困ることがないかを調べる、大切な検査と検診です。自分の体のことを知るチャンスですので、しっかり受けましょう。

月	日	曜日	検診	対象	連絡事項
4	14	水	身体計測 (身長・体重・ 視力・聴力)	全学年 ※2年生は 聴力を除く	下に体育着を着てジャージ登校です。 ハンカチ・メガネを持参します。 髪を頭の高い所で結ばないでください。
	15	木	視力再測定	B判定の希望者	14日の測定で視力Bと判定された生徒 で、希望する生徒に再検査をおこないます。
	16	金	尿検査1次	全学年	朝一番の尿をとり、クラスで回収します。
	20	火	心臓検診	1年生・他学年該当者	1年生は下に体育着を着てジャージ登校です。
	21	水	歯科検診	全学年	朝食後、必ず歯をみがいてきてください。
5	6	木	眼科検診	全学年	メガネを持っている人は持参します。
	7	木	尿検査1次予備日	未提出者	朝一番の尿をとり、保健室へ提出します。
	12	水	内科検診	1年生	下に体操着を着てジャージ登校です。
	13	木	耳鼻科検診	全学年	前日に耳あかをとおいてください。
	21	金	尿検査2次	2次検査対象者	対象者には個別に連絡します。
	26	水	内科検診	3年生	下に体操着を着てジャージ登校です。
	29	土	心臓健診	未受診者	町田市役所で実施。 保護者の引率をお願いします。
31	月				
6	2	水	内科検診	2年生	下に体操着を着てジャージ登校です。
	11	金	尿検査2次予備日	未提出者	対象者には個別に連絡します。
	8	火	心臓検診2次	対象者	町田市役所で実施。
	18	金			対象者には個別に連絡します。

## 学校医等のご紹介

健康診断や環境検査等でお世話になります。

【内科】	横山 信之先生	よこやま内科	原町田4-2-2 メディカルスペース町田4階 ☎794-6211
【眼科】	青山 玲子先生	青山眼科クリニック	玉川学園2-8-15 ☎724-0345
【耳鼻咽喉科】	稲垣 康治先生	稲垣耳鼻咽喉科医院	原町田6-22-15 ☎722-3115
【歯科】	齊藤 恵津子先生	齊藤歯科医院	成瀬台4-22-17 ☎728-4086
【薬剤師】	大高 澄江先生		

