

ほけんぞより 4月

七尾市立七尾中学校
令和8年4月8日



ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、生徒一人ひとりが安心して元気に一年を過ごせるよう、保健室からサポートしていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

健康診断が始まります

お世話になる学校医の先生方です

健康診断って？
なにをするの？

みなさんの体に
病気や異常がないかを
調べます
詳しい検査や
治療を受ける
きっかけに



自分の体のことがわかります

成長のようすや
どのくらい健康か
知る手がかりに



自分の体のことを考える機会です

「もっと健康になるには？」
「これからも健康でいるには？」
いっしょに考えましょう



自分の体や健康に関心を持つ、きっかけにしてください。

内科	奥村義治	おくむら 内科胃腸科医院
	北村裕紀子	北村病院
歯科	杉原 徹	杉原歯科医院
	眞館藤夫	マダチ歯科医院
眼科	清水了	清水眼科
	山本ひろみ	やまもと眼科
耳鼻科	八尾 亨	公立能登総合病院
	山田和宏	恵寿総合病院
薬剤師	瀬川孝司	瀬川薬局



4・5月の健康診断日程

項目	日時	対象学年
視力	4月9日 木 1.2限目	2年
視力・聴力	4月9日 木 3.4限目	3年
視力・聴力	4月10日 金 1.2限目	1年
身体測定	初回体育時	随時
内科検診	4月9日 木 13:30~	(男子)3年・21H・22H
	4月10日 金 13:30~	(女子)3年・21H・22H
眼科検診	4月27日 月 13:30~	31H・32H・33H
内科検診	5月1日 金 13:30~	(女子)1年・23H・24H
	5月7日 木 13:20~	(男子)1年・23H・24H
心臓検診	5月8日 金 13:30~	1年
歯科検診	5月13日 水 8:45~	11H・12H・13H
尿1次検診	5月14日 木 登校時	全生徒
歯科検診	5月14日 木 8:45~	14H・21H・22H

女子の髪型注意！
下で結ぼう

体操服忘れずに！

メガネ・コンタクト
を忘れずに！

午前中に検診がある
ので、家で
しっかり歯みが
きをしてきてく
ださい。



健康診断についてのお願い

欠席した場合

学校医の医療機関で受診をお願いします(保護者引率)。後日、必要書類をお渡しますので、それを持参して受診してください。



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には、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、自分で持ってきてきましょう。



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してもらってくださいね。



保

健

室

利

用

の

ル

ー

ル

行く前に先生に伝える

黙って保健室に行くとみんな心配します。ひとこと伝えましょう。



入退室のときはあいさつをする



入るときは学年・組・名前を教えてください。出るときはお礼も忘れずに。

保健室内では静かにする

ベッドで休んでいる人がいるかもしれません。大きな声は控えて。



授業中に保健室で休みた
いと思ったときは、

保健室来室許可証が
必要です。

健康観察表にはさんである
ので、**教科担任の先生**に
サインを書いてもらいましょう

保健室来室許可証 (/)

「授業を休んで保健室に行きたいです」

生徒：名前

「わかりました」

教員：サイン

