

# 保健だより

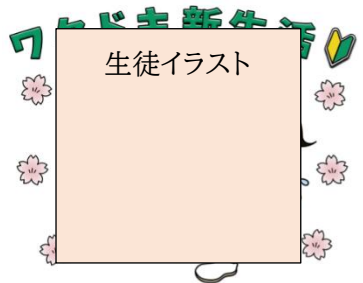
保健室入口  
イラスト

令和8年4月8日  
燕市立吉田中学校  
保健室 No.1  
生徒→保護者

## 入学・進級おめでとうございます

1年生の皆さん、入学おめでとうございます。2、3年生の皆さん、進級おめでとうございます。ドキドキワクワクの新スタートですね。

慣れない生活は、とてもストレスがかかります。学校生活に慣れるまでは、これまで以上に規則正しい生活を心がけましょう。特に睡眠をたっぷりとることが大切です。ほけんだよりでは、健康に関する情報を発信していきます。読み終わったら、おうちの方に渡してくださいね。1年間よろしくお願いします。



## 健康診断は、自分の体の状態を知るチャンス！

健康診断は、みなさんの健康状態を知るために大切な検査・検診です。できるだけ欠席しないで、全員が予定どおりの検診を受けられるようにお願いいたします。

体調が良くなったら、遅刻して受けることも可能です。

おうちの人と整形外科補助シートを使ってチェックしよう。締切厳守！

配付物がたくさんあります

イラスト

忘れ物に注意

イラスト

…  
くなる  
ます

しっかり  
受けよう！

### 健康診断

検査してくださる医師や先生方に感謝の気持ちを挨拶で伝えよう。

身だしなみは大丈夫？

イラスト

あいさつも忘れずに

イラスト

4/15(水)  
1年  
耳鼻科検診  
8:30~

4/10(金)  
身体測定  
視力・聴力  
2限:3年  
3限:1年  
4限:2年  
体操着！  
めがね！  
忘れずに！

正しく、気持ちよく、受けられるように。

学校医イラスト

【学校医】 齊藤 琢磨 先生(さいとう内科クリニック)  
【学校歯科医】 佐藤 浩之 先生(さとう歯科クリニック)  
【学校耳鼻科医】新島 元 先生(にいじま耳鼻科医院)  
【学校眼科医】 野神 麗子 先生(のがみ眼科医院)  
【学校薬剤師】 諸橋 麗央 先生(東町調剤薬局)

## 保健室を利用するときは… 皆が利用するところだから

保健室の利用イラスト

### 保護者の皆様へ

#### ○保健関係書類の記入と提出をお願いします

本日、保健関係書類を配付しました。詳しくは本日配付した「保健関係のお知らせ」を御覧ください。御記入いただいた書類は、4月14日(火)までに御提出ください。

#### ○健康診断の実施について

例年どおり、プライバシーの保護に配慮しながら男女別に行ったり、衝立を利用したりして、個人スペースを確保しながら行います。特に、内科健診や心臓検診は、体操着やシャツを1枚着て待機し、医師が必要と判断した場合、衣服をめくって検診や検査を行います。健康診断について不安や心配がある場合は、養護教諭や学級担任等へお申し付けください。

#### ○朝の健康観察を丁寧をお願いします

登校前には、体調の変化や発熱がないか、健康状態の確認をお願いします。

欠席・遅刻する場合は、8時までにマチコミメールへの入力、またはお電話で御連絡ください。8時を過ぎる場合は、電話での御連絡をお願いいたします。(吉田中学校 ☎93-3235)

#### ○保健室の体操着について

保健室の体操着は、血がついた、嘔吐して汚れた、体調が悪いなど緊急のための貸出体操着です。忘れた、雨に濡れた場合は、貸出させないので、各自でしっかりと準備をお願いします。

#### ○昼の歯みがきについて

学校では、昼休みに歯みがきを行います。歯みがきセットの御準備・点検をお願いします。

<歯みがきセット>

歯ブラシ、歯みがき粉(必要な場合)、プラスチックコップ(必要な場合)、これらを入れる袋等

養護教諭  
イラスト

誰よりも、吉中生からパワーをもらい、いつも助けてもらっています。今年度も保健室から心身の健康のサポートに頑張りたいと思います。よろしくをお願いします。

申子