



岸和田市立久米田中学校 保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます！

新学期がスタートし、1週間がたちました。新しい先生やクラスメートに囲まれて、まだちょっぴり緊張した顔も見かけます。緊張から、心とからだの疲れがたまり始める時期です。生活リズムの基礎を作る意味でも、睡眠時間を充分にとり、そして、しっかり栄養（食事）をとりましょう。規則正しい生活をこころがけ、毎日を元気に過ごしましょう！

## ようこそ！保健室へ！

保健室は、けがをした時に手当てをしたり、からだの具合が悪いとき、休んだりする場所です。身長計や視力計もあるので、からだの様子が知りたい人は、使うことができます。

みんなが気持ちよく使えるように、ルールを守って保健室を利用しましょう。



保健の先生は、みなさんが心もからだも健康に過ごせるよう、手伝いをする先生です。からだや健康について、知りたいことがあれば、教えてください。友達や学校のことなどで困っているときは、保健室に来てください。あなたにとって、一番よい解決方法を一緒に考えましょう。



## 今年度お世話になる 学校医の先生方です



健診時はきちんとあいさつを！

- ＜内科＞ 亀井 朝廣先生（亀井病院）  
城野 健次郎先生（城野医院）
- ＜歯科＞ 北川 昌幸先生（北川歯科）  
清原 重夫先生（清原医院）
- ＜眼科＞ 岩崎 義弘先生（岩崎眼科）
- ＜耳鼻科＞ 横田 昌也先生（横田耳鼻科）
- ＜薬剤師＞ 和田 史子先生（みらい薬局）



4月 18日（木）検尿1次、内科健診（3年生・女子）

19日（金）検尿1次、身体計測

23日（火）内科健診（3年生・男子）

26日（金）〃（1年生）

5月 7日（火）〃（2年生）

8日（水）検尿2次、心臓1次検診（1年生）

10日（金）眼科健診

15日（水）心臓1次検診（予備日）

22日（水）耳鼻科健診

29日（水）検尿（予備日）

6月 6日（木）心臓2次検診

13日（木）結核直接撮影

19日（水）耳鼻科健診

20日（木）歯科健診

### ＜身体計測＞

3年生は1・2限、2年生は3・4限、1年生は5・6限に行います。

服装は制服です。視力検査もするのでめがね・コンタクトがある人は、忘れないように持ってきてください。

### ＜検尿＞

クラスで回収します。遅刻してきた人は、直接保健室に持ってきてください。

### ＜内科健診＞

白衣操服が必要です。1・2年生は、家庭訪問期間（4時間授業）の午後にあるので、お弁当を持ってきてください。

### ＜眼科健診・耳鼻科健診＞

1年生は全員、2・3年生は抽出で行います。

### \*保護者の皆様へ\*

日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」のお知らせを、2・3年生は裏に載せています。（1年生には入学式の日に配布しております。）学校だけがをして、病院へ行った際には保健室までお知らせください。