

# ほけんだより

# 4月

令和7年4月11日  
中原特別支援学校  
保健室

にゅうがく しんきゅう

入学・進級おめでとうございます！+++++

しんねんど 新年度がはじまりましたね。あたらしい きょうしつ、あたらしい せんせい や ともだち などに出会うのは、ワクワクしますね。ほけんしつ 保健室では、みなさんが、こころもからだもげんき いっぱいに がっこうせいかつ おく 学校生活を送られるように てつだ お手伝いしていきます。いっしょ たの 一緒に楽しい1年を ねん す 過ごしていきましょう。

ほけんしつしやうかい  
〈保健室紹介〉 1年間、よろしくおねがいします。

ようごきやうゆ 養護教諭 : やまもと ゆうか 山本 優花  
ようごじよきやうゆ 養護助教諭 : よしだ はな 吉田 花夏  
とくなが ほのか 徳永 穂乃佳

## ほけんしつ 〈保健室でできること〉



ケガをしたとき  
きゅうきゅうしよち 救急処置を  
してもらえる



ぐあい わる 具合が悪いとき  
いちじてき きゆうよう 一時的に休養が  
できる



なや 悩みがあるとき  
そうだん 相談ができる



けんこう 健康について  
し 知ることができる

## こんねんど せわ がっこうい せんせいがた 〈今年度お世話になる学校医の先生方〉

がっこうい 学校医	しょうにか 小児科 : よこた ごろう せんせい ひがし さが びょういん 横田 吾郎 先生 (東佐賀病院) せいしんか 精神科 : ひらはら しんのすけ せんせい ひぜんせいしんいりやうせんたー 平原 慎之介 先生 (肥前精神医療センター) がんか 眼科 : おか ちとし せんせい おかがんか 岡 千利 先生 (岡眼科) じびか 耳鼻科 : くるいわ やすなお せんせい くるいわし びいんこうか 黒岩 泰直 先生 (黒岩耳鼻咽喉科)	
がっこうしかい 学校歯科医	なかむら もりよし せんせい くるめ だいがくびょういん 中村 守巖 先生 (久留米大学病院)	
がっこうやくざいし 学校薬剤師	はらまき りえ こ せんせい やっきやく 原 槇 理恵子 先生 (くぼ薬局)	



## けんこうしんだん し 〈健康診断についてのお知らせ〉

がっこう けんこうしんだん からだ じょうたい  
学校の健康診断は、みなさんの「いま」の体の状態をチェックするものです。からだの病気や異常を見つけるきっかけとなるので、  
びょうき いじょう うたが はや びょういん じゅしん  
病気や異常の疑いがあるときは、早めに病院を受診しましょう。

### れいわ ねんど けんこうしんだんに ついて よてい 【令和7年度 健康診断日程（予定）】

※日程、時間、場所などについては、変更になる場合があります。ご了承ください。

に ついて 日程	ないよう 内容	たいしょう 対象
がつとおか もく 4月10日（木）	しんたいそくてい ぜんき 身体測定(前期)	ちゅうがくぶ こうとうぶ 中学部・高等部
がつ にち げつ きん 4月14～18日（月～金）	しんたいそくてい ぜんき 身体測定(前期)	しょうがくぶ 小学部
がつ にち すい 4月23日（水）	ないかけんしん 内科検診①	こうとうぶ 高等部
がつ にち すい 4月30日（水）	ないかけんしん 内科検診②	しょう ちゅうがくぶ 小・中学部
がつふつか きん 5月2日（金）	しんぞうけんしん 心臓検診	しょう ちゅう こう ねんがどうしや 小 / 中 / 高の1年該当者
がつようか もく 5月8日（木）	けんによう じ 検尿(1次)	ぜんいん 全員
がつこのか きん 5月9日（金）	けんによう じ よびび 検尿(1次)予備日	がどうしや みていしゅつしや 該当者・未提出者
がつじゅうよっか すい 5月14日（水）	がんかけんしん 眼科検診①	ぜんいん 全員
がつ にち すい 5月21日（水）	がんかけんしん 眼科検診②	みけんしんしや 未検診者
がつ にち もく 5月29日（木）	けんによう じ 検尿(2次)	がどうしや みていしゅつしや 該当者・未提出者
がつ にち きん 5月30日（金）	けんによう じ よびび 検尿(2次)予備日	がどうしや みていしゅつしや 該当者・未提出者
ふつか げつ 6月2日（月）	しかけんしん 歯科健診①	ぜんいん 全員
がつなのか げつ 7月7日（月）	しかけんしん 歯科健診②	みけんしんしや 未検診者
がつよっか もく 9月4日（木）	じびかけんしん 耳鼻科検診	ぜんいん 全員
みてい 未定	けっかくけんしん 結核検診	こうとうぶ ねん みけんしんしや 高等部の1年・未検診者

### きんちよう 〈緊張をほぐすためには〉

がつ  
4月は「はじめまして」が多い時季です。新しい友だちに挨拶したり話をするのが苦手で緊張することが多い・・・という人もいるかもしれません。

- 体を動かす
- 温かいものを飲む
- 笑顔の練習をする
- 深呼吸をする

など、自分なりの方法で心と体の緊張をほぐしてみてください。

いろいろなことが始まる4月、自分なりのペースで進んでいきましょう。

