

# ほけんだより

4月号  
武雄北中学校  
保健室



## 健康診断が始まります

健康診断は単なる「検査」ではありません。実は、みなさんの体から届くメッセージに気づくためのものです。

### 今の自分を知るチャンス

中学生の体は、一生のうちで最も大きく変化する時期。自分では気づかない成長のサインを、数字が教えてくれます。

### 「いつも通り」を確認する

毎日元気に過ごせていても、目や耳、歯などは少しずつ変化（悪化）していることがあります。早めに気づけば、すぐにケアをすることができます。

### 自分の体を大切にすること

自分の体は、一生付き合っていく、唯一無二の自分だけのもの。定期的にチェックすることは、自分自身を大切にすることの第一歩です。

結果が返ってきたら、数字の良し悪しに一喜一憂するだけでなく、「毎日ががんばってくれている自分の体」と向き合うきっかけにしてくださいね。

## 健康観察で相談できます

先生に相談したいけど誰に言ったらいいかわからない、先生に話しかけづらい…そんなときは、健康観察を活用してください。健康観察は、毎日タブレットで各自入力します。「何か先生に相談しておきたいことはありますか？健康のこと以外でもいいです」の欄に、相談や困り事を入力してください。

なにか先生に相談しておきたいことはありますか？健康のこと以外でもいいです  
(ある人は書いてください)

回答を入力

朝の8時半くらいまでに健康観察の入力結果を確認しますので、そのあと、個別に声をかけたり、クラスルームで本人しか見えない形でメッセージを送ったりします。

## 保健室の利用について

### 1. 授業中の利用

授業の先生の許可をもらってから、保健室に来てください。許可なしで来室した場合、許可を取りに教室（または授業の活動場所）へ戻ってまいります。

### 2. 休み時間・昼休みの利用

体調が悪いときやケガ、相談をしたいときに利用できます。遊びのための利用はできません。

### 3. 保健室の滞在時間

基本的には授業1時間分（45分～50分）の利用とし、滞在しても体調が回復しない場合は、早退してください。

### 4. 保健室での処置

軽いケガの応急処置は行いますが、必要に応じて病院での受診をお願いします。

### 5. 緊急時の対応

急病や大きなケガの場合は、速やかに保護者の方へ連絡します。

生徒の皆さんが安心して学校生活を送れるよう、保健室を適切に利用しましょう。ご不明な点がございましたら、保健室までお問い合わせください。

## 健康診断時のプライバシーの配慮について

武雄北中学校の健康診断は、基本的に着衣のまま行います。心臓検診では、胸部を露出する必要がありますが、カーテンを使用し検査者（看護師）以外には見えないようにして行います。健康診断時の配慮について、心配なことがある場合は、遠慮なく保健室までご相談ください。

☎0954-27-2004

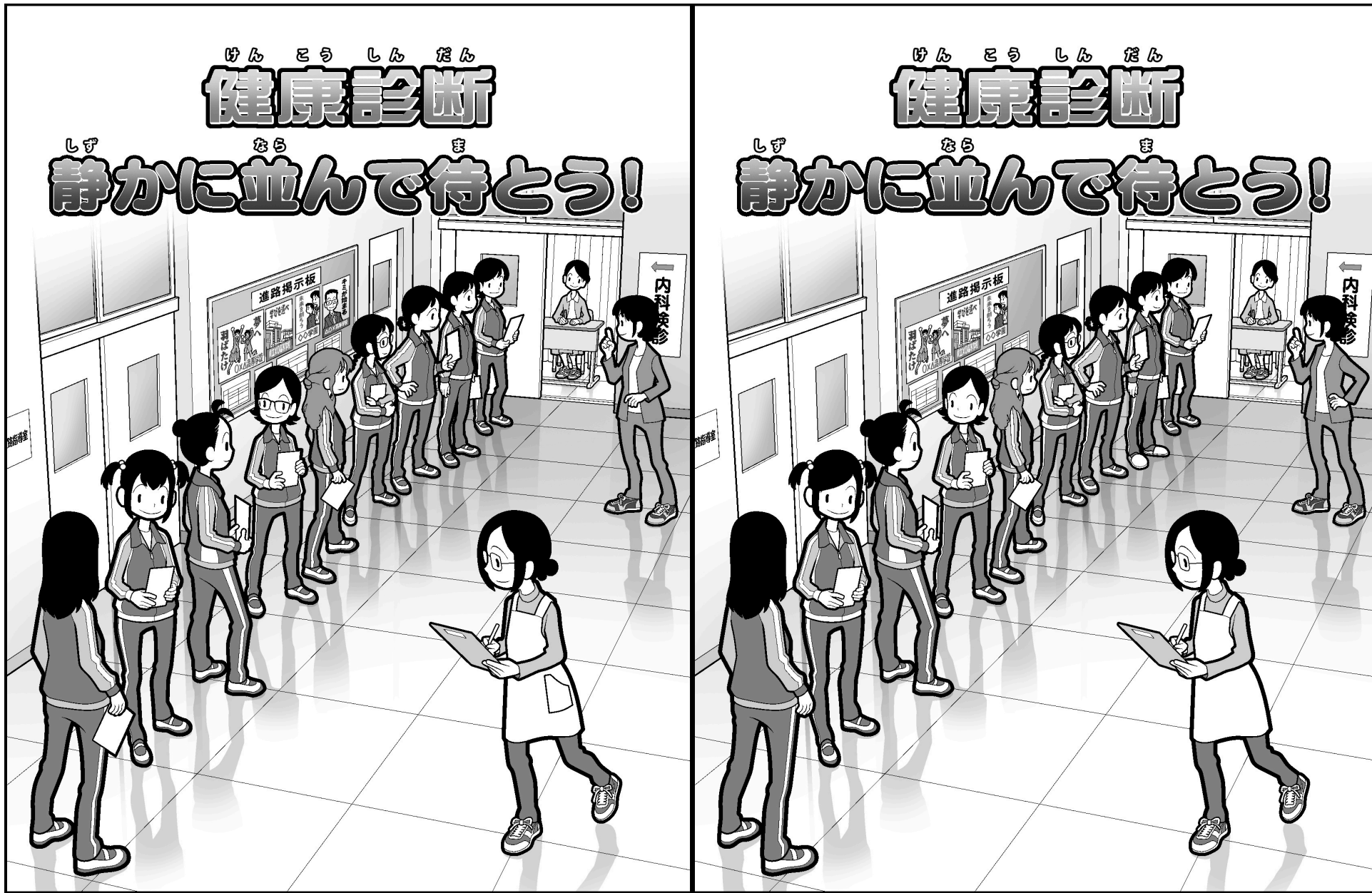
### 養護教諭自己紹介

武雄北中学校4年目になりました。  
保健室から皆さんの心と体の元気を応援していきます！

特技：日本舞踊 好きな食べ物：納豆、えび、たまご  
好きなこと：編み物、お茶をのむこと、旅行、ドライブ  
今年度ががんばること：語先後礼（ごせんごれい）の挨拶をすること



表の保健だよりを読んだ後に挑戦！まちがいは全部で7つ



手前左から1番目の女子の記録表/左から2番目の女子の髪型/左から4番目の女子のメガネ  
奥から2番目の女子の上履き/1番右のポスター/右奥の先生の左手/右手前の先生のエアロンのポケット