

ほけんだより 4月

令和4年4月8日
日本橋中学校 保健室

新年度がスタートしました。入学・進級おめでとうございます。

新しい学年、新しい友達…。たくさんの「新しい」に出会い、わくわくしたり、不安だったり忙しい毎日が始まりますね。早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、新しい生活リズムに慣れるまでは心身ともに疲れやすいので、普段よりも早めに寝て、睡眠をしっかり取るよう心がけましょう。

みなさんが充実した学校生活を送ることができるよう、健康面のサポートに努めていきます。

1年間どうぞよろしく願います。



来週から健康診断が始まります。学校生活を送るうえで、大切な検診ですので必ず受けましょう。自分の身体のことを知って、自分自身で体調管理ができるよう心がけていきましょう。

健康診断の前日に「健康診断のお知らせ」を配布するので、身支度など準備をきちんと整えて、検診にのぞみましょう。

★健康診断予定表★

月日/曜日	項目	対象	時間	服装	場所
4月14日(木)	心臓	1年全員 2,3年抽出生徒	13:30~	体育着	被服室・木工室
18日(月) 追加日 19日(火)	腎臓1次	全員	8:20~		教室⇒保健室
18日(月)	内科	全員	8:45~	標準服	保健室
5月9日(月) 追加日 10日(火)	腎臓2次	該当者	8:20~		保健室
25日(水) 追加日 27日(金)	腎臓3次	該当者	時間指定		教育センター
6月1日(水)	眼科	全員	8:45~	標準服	保健室
8日(水)	色覚	1年希望者	8:45~	標準服	保健室
10日(金)	身体計測 視力・聴力	全員 (2年は聴力なし)	8:45~	体育着	体育館・被服室 木工室・音楽室
13日(月)	歯科	全員	8:45~	標準服	保健室
15日(水)	耳鼻科	全員	8:45~	標準服	保健室

※内科検診は、宿泊事前健診も兼ねています。

※1年生は、希望者のみ貧血検査を2学期に実施予定です。

健康診断の目的は…?



その ❶ 自分の成長や健康状態を知る

その ❷ 病気の疑いがないかを調べる

その ❸ 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう!



★ 学校医の先生方をご紹介します ★

【内科】	海渡 一夫 先生 (日本橋医師会)	日本橋久松町1-2	TEL 3666-0682
【眼科】	内山 昌明 先生 (人形町眼科クリニック)	日本橋人形町2-22-2	TEL 3667-2448
【耳鼻科】	大河原 大次 先生 (日本橋大河原クリニック)	日本橋室町1-11-10	TEL 3243-3387
【歯科】	金子 正利 先生 (東日本橋みゆき通り歯科)	東日本橋2-4-1	TEL 5687-1182
【薬剤師】	菅野 佐百合 先生 (テトラ薬局人形町1丁目)	日本橋人形町1-4-14	TEL 3663-1311