



ほけんだより

令和7年4月11日
柏崎市立第五中学校
保健室

入学・進級おめでとうございます！

この春は、新しい仲間との出会い、入学、進級…と環境が変わりましたね。期待と緊張でいっぱいだと思いますが、頑張りすぎず、心と身体に疲れをためないようにして過ごしましょう。

健康診断がはじまります！

健康診断ではからだがどのくらい成長しているか、病気や異常がないかを調べます。

| 期日 | 検査項目 | 時間 | 対象 | 備考 |
|----------|-----------------|--------|------|-------------------------------------------------------------|
| 4月16日(水) | 尿検査 | 朝提出 | 全校 | 15日(火)に容器を配付します。 忘れないように尿検査のお知らせ用紙を トイレのドアに貼っておきましょう。 |
| 4月16日(水) | 心臓検診 | 10:00～ | 1年生 | 服装は体操着 (長袖、半袖、半ズボン) 検診前は静かに過ごす。 |
| 4月16日(水) | 耳鼻科検診 | 13:20～ | 1・3年 | 前日に耳そうじをしてくる。 髪の毛が耳にかからないように ゴム・ピンでとめる。 |
| 4月30日(水) | 内科検診 (運動器検診) | 13:30～ | 全校 | 服装は体操着 (半袖、半ズボン) |
| 5月19日(月) | 眼科検診 | 13:20～ | 1・3年 | 目にかかる髪の毛はピンでとめる。 検診前に眼をこすらない。 |
| 5月21日(水) | 歯科検診 | 13:30～ | 全校 | 給食後に丁寧に歯みがきをする。 |

お世話になる学校医の先生方をご紹介します

学校医 登坂 尚志 医師(高柳診療所)
眼科医 宗像 利幸 医師(むなかた眼科医院)
耳鼻科医 北村 哲也 医師(北村医院)
歯科医 犬井 正 医師(犬井歯科クリニック)
薬剤師 小川 雄也 さん(ウエルシア薬局長岡西津町店)

第五中学校3年目になりました。養護教諭の高井菜央です。

五中のみなさんが元気に楽しく学校生活が送れるように健康の面から精一杯サポートしていきます！どうぞよろしくお願いします。

保護者の皆様へ

各種保健調査へのご記入・ご提出ありがとうございました。

検診後、疾患や異常の疑いがあるときは、「結果のお知らせ」の用紙をお渡ししますので、できる限りお早めに医療機関を受診していただきますようご協力をお願いいたします。

また受診が済みましたら、結果を学校にご提出ください。



健康診断個票が変わりました

旧様式

新様式

【変更点】

健康診断の記録確認後に押印し、学校へ返却する必要がなくなりました。
健康診断の記録は毎年夏季休業前の面談時にお配りします。身体測定記録カードは10月の後期身体測定後にお配りします。いずれも配付後はご家庭で保管してください。

保健室でできること



けがの手当て



熱を測る



静かに休む



着替えを借りる



心や体について知る



体の様子を調べる

保健室のルール

- ✿ 保健室に行くときは授業担当の先生に伝えてから行きましょう。
 - ✿ けがをした時や体調が悪い時はけがをした理由や、どのように具合が悪いのか、自分の言葉でしっかりと説明しましょう。
- ※学校以外で起きたけがの手当てや翌日以降の手当ては、家庭で各自処置をして登校してください。