



令和8年4月8日(水)  
目黒区立目黒中央中学校  
養護教諭

ご入学・ご進級おめでとうございます！新しい学年、新しい学級にドキドキしている人も多いのではないのでしょうか。これから新しい学校生活が始まります。生活リズムを整え、体調に気を付けながら、健康・安全に毎日を過ごしていきましょう。



養護教諭の

うだがわ しおん  
**宇田川 詩音**

です。

これから1年間よろしくお願いいたします。



## 保健室のルール



### 保健室ってどんなところ？

ケガの手当を  
するところ

悩みを相談  
できるところ

体調不良時に  
すこし休める  
場所

体や心について  
聞ける場所



### みんなが安心・安全に保健室を利用するためには？

- 保健室へは、担任または授業の先生に伝えてから来ましょう。
- 保健室での休養は原則1時間です。
- けがの手当では、基本当日の応急処置のみです。
- 保健室では薬を出すことができません。
- 保健室で借りた、保冷剤、湯たんぽなどは借りた日に返しましょう。そのときに経過を教えてください。
- 先生がいないときには、保健室に入りません。

## 4月の予定

10日(金)は身体測定のため、ジャージ登校です。  
保健行事予定は学校 HP にも掲載しております。

日時	検査項目	対象学年	場所	時間
4月10日(金)	身長・体重・視力	全校生徒	体育館	8:45~
	聴力	1・3年生	保健室	13:30~
4月13日(月)	尿検査1次1回目	全校生徒	教室回収	8:45まで
4月14日(火)	尿検査1次2回目	13日忘れた生徒	教室回収	8:45まで
	耳鼻科検診	1年生	保健室	13:30~
4月17日(金)	眼科検診	全学年	保健室	8:45~
4月20日(月)	心臓検診	1年生、対象者	会議室	9:00~
4月21日(火)	耳鼻科検診	2年生、しいの木	保健室	13:30~
4月23日(木)	歯科検診	1年生、2年生	保健室	8:45~
4月27日(月)	尿検査2次1回目	対象者	保健室回収	8:45まで
4月28日(火)	尿検査2次1回目	対象者	保健室回収	8:45まで
	耳鼻科検診	3年生、欠席者	保健室	13:30~

### 問診票の提出期限は

- ★心臓検診調査票(1年生+該当者のみ)
- ★結核検診問診票
- ★運動器検診問診票
- ★健康管理カード

4月9日(木)厳守



全ての書類を封筒に入れて4月9日(木)に担任までご提出ください。

★健康管理カードは該当学年記入箇所と連絡先等変更点がありましたら記入をお願いします。また必ず連絡がつく連絡先(会社等)をご記入ください。

### 今年度お世話になる学校医の先生方です。

- 内科 奈良橋健先生(奈良橋医院)
- 歯科 吉田敏英先生(吉田デンタルクリニック)
- 眼科 桂美樹先生(桂眼科)
- 耳鼻科 真崎正美先生(まさき耳鼻咽喉科)
- 薬剤師 人見一男先生(朝日薬局)

みなさんが元気に学校生活を送ることができるよう、健康診断だけでなくさまざまなサポートをしてさせていただきます。

### 保護者のみなさま

保護者のみなさま、ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、お子さまが安全に学校生活を送れるよう、保健関係書類のご提出や、体調不良・けがの際のお迎え等にご協力をお願いいたします。また、学校をお休みされる際は8時10分までにH&Sにご連絡ください。

今年度どうぞよろしくお願いたします。