

ほけんだより

令和8年4月6日
目黒区立大鳥中学校
保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます！

桜の花びらが舞う中、大鳥中学校の令和8年度は198名の1年生を迎え全校生徒567名でスタートしました。中学時代は、心も体も大きく変化する時期です。皆さんが悩みや不安を抱えたとき、少しでも解決のお手伝いのできればいいなと思っています。



保健関係書類の提出について

- ・健康管理カード（オレンジ色）
 - ・結核検診問診票（黄色）
 - ・運動器検診問診票（白色）
 - ・心臓検診調査票（白色）
- ※心臓検診調査票は、1年生と2、3年該当生徒のみの配布となります。
4月10日（金）までに提出してください。

～早退時・緊急時の家庭連絡について～

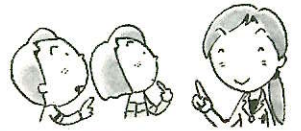
健康管理カードにご記入いただく緊急連絡先は、早退時、緊急時に連絡をさせていただくときに必要になります。必ず確実に連絡のつながる電話番号をご記入いただくようお願いいたします。
また、年度途中で連絡先の変更がありましたら、すぐに学校へお知らせください。

令和8年度 健康診断日程表

月	日（曜日）	項目	時間	対象	場所
4月	9日（木）	身体計測・視力検査	5校時～	2・3年	体育館（ジャージ登校）
	10日（金）	身体計測・視力検査	部活動紹介終了後	1年	体育館（ジャージ登校）
	13日（月）	尿検査1次1回目	登校後すぐ提出	全学年	各教室
	14日（火）	尿検査1次2回目	登校後すぐ提出	前日未提出の者	保健室
		聴力検査	8：45～	3年	保健室・図書室
	16日（木）	耳鼻科検診	14：00～	2年・8組	保健室
	21日（火）	心臓検診	13：00～	1年・他学年該当生徒	図書室
	23日（木）	耳鼻科検診	14：00～	1年	保健室
	27日（月）	尿検査2次1回目	登校後すぐ提出	対象者・1次未提出者	保健室
30日（木）	眼科検診	8：45～	全学年	保健室	
5月	7日（木）	耳鼻科検診	14：00～	3年	保健室
	11日（月）	歯科検診	8：45～	3年	保健室
	13日（水）	内科検診	8：45～	2年・1年8組・2年8組	保健室
	15日（金）	歯科検診	8：45～	2年・8組	保健室
	18日（月）	聴力検査	8：45～	1年	保健室・図書室
	20日（水）	内科・修学旅行前健診	8：45～	3年・3年8組	保健室
6月	3日（水）	内科検診	8：45～	1年	保健室
	15日（月）	歯科検診	8：45～	1年	保健室

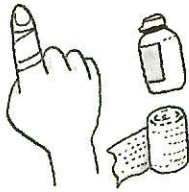
保健室

ってどんなところかな？



ケガの手当てをします

「いつ」「どこで」「どんなふう」にケガをしたのか、教えてください。



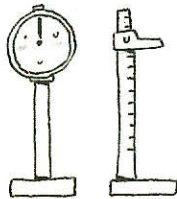
具合が悪くなったら休めます

保健室で休む目安は1時間です。休んでも教室に戻れないくらい体調が悪いときは、早退します。



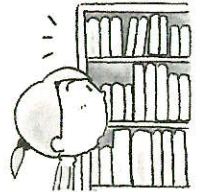
からだの成長や状態を知ることができます

身長計や体重計も使えます。先生にひとこと言ってから使いましょう。



からだについて学びます

本や資料があります。知りたいことがあったら読んでください。



先生が話を聞きます

体について気になることがあったら、話しに来てください。悩みや相談があるときも、話を聞きますよ。



今年お世話になる 学校医の先生方です

学校医の先生は、みなさんの健康を守るために、健康診断の他にも、さまざまな健康面のサポートをしてくださいます。また薬剤師の先生は、みなさんが快適に過ごせるように環境や衛生面などのサポートをしてくださいます。

内科医	村林先生
歯科医	小幡先生
耳鼻科医	小林先生
眼科医	枝川先生
薬剤師	渡辺先生

先生方にお会いしたら
気持ちのいい
あいさつを



保健室でも

これはできません

病院ではないので、飲み薬はあげられません。自分で家から持ってきた薬を、飲むことはできません。

シップや絆創膏の取りかえは、家でしてきましょう。

保健室のものを無断で持ち出さないようにしてください。

保健室のルール

- ① ノックをしてから入室し、学年、組、氏名をはっきり言う。
- ② 自分の体の調子をはっきりと、わかりやすく話す。
- ③ できるだけ休み時間に利用する。授業に遅れそうな場合は、保健委員や友達に頼んで先生に伝えてもらう。
- ④ 授業中来室する時は、教科の先生または担任の先生に「保健連絡カード」をもらう。
- ⑤ 保健室での休養は、原則として1時間とする。
- ⑥ 学校でケガをして、病院で治療を受けた時には必ず報告する。
(スポーツ振興センターの手続きをするため)
- ⑦ 継続的な治療、学校以外でのケガは家庭で処置する。