



2025年4月14日
座間市立座間中学校
保健室発行 No.1



桜が満開の中、少し大きめの制服を着たピカピカの1年生148名を迎え入学。進級。おめでとうございます。おめでとうございます。新年度が始まり1週間が過ぎました。慣れない環境の中で、緊張や不安の連続だったと思います。皆さんが早く中学校に慣れ、楽しく学校生活が送れるよう保健室から応援しています！

2・3年生の皆さん、学年が1つ上がり新たな気持ちで張り切っていることでしょう。でも、新しい環境や人間関係は、自分が感じる以上に心身の疲れを呼びこみます。心の疲れは体の疲れとなりやすいため、しっかり食べて栄養をとって、そしてよく寝て、自分のペースを見失わないようにしましょう。

健康診断がはじまります！

なぜ健康診断をするの？なぜ大切なの？

健康診断は「法律で定められた学校行事」

学校保健安全法(第13条)では『学校においては、毎学年定期に、児童生徒等(通信による教育を受ける学生を除く)の健康診断を行わなければならない』とあります。健康診断は、法律で実施が義務づけられている学校行事なのです。

大切な理由・・・健康診断の主な目的を知ろう

- ①体の発育や発達の様子、健康状態を調べる
- ②病気や異常を早期に発見して、早期治療につなげる
- ③自分の体のことを知り、関心を持つきっかけにする

お世話になります！

学校医の先生

内科：相武台外科胃腸科
五十棲 優先生
：相武台メディカル Cr
工藤 治先生
耳鼻科：飯田 順先生
眼科：新井眼科
新井 公文先生
歯科：みどりの森

こんな時は保健室へ来てください！



体調が悪くて一時的に休憩したいとき



ケガの手当をしたい時



なにか相談したいことがあるとき



編集後記：保護者の皆様、ご入学・ご進級おめでとうございます。心も体も健康な毎日を送れるよう、保健室より応援していききたいと思います。1年間どうぞよろしくお願ひします。中学生は、心も体もぐんっと成長する時期です。その分、生徒自身も自分の成長に着いて行けず、悩むことが多いかと思ひます。まずは、規則正しい生活習慣を確立しましょう。生活習慣が乱れがちになると、朝なかなか起きられない「起立性調節障害」や、お腹が痛くなりやすくなる「過敏性腸症候群」等を引き起こしやすくなるようです。「偏頭痛」なども思春期に起こりやすい疾患です。何か体がおかしく感じ、いつもと違う体調の変化が続く場合は、保健室にご相談ください。 養護教諭 岡島真利子

令和7年度 定期健康診断日程表

月	日	曜	項目	対象者	時間	会場・その他	
4	8	火	保健調査票 回収	全校生徒	学活	/	
			結核検診票 回収				
			心臓病健診問診票 回収	1年生			
	14	月	1回目尿検査 配付	全校生徒	帰り学活		
	15	火	1回目尿検査 回収	全校生徒	朝学活		各教室
	28	月	内科検診	支援級・1年生	13:00~		男子：会議室 女子：保健室
	30	水	身体計測	全校生徒	①②時間目		計測：体育館 3年聴力：保健室 視力：教室
水		2回目尿検査 配付	一次検査未提出者 二次検査対象者	②時間目または 放課後までに	一次検査未提出者は担任から 二次検査対象者は放課後までに保健室 へ		
5	1	木	尿検査 回収	一次検査未提出者 二次検査対象者	未提出者 二次検査対象者	1時間目開始前までに直接保健室へ	
	8	木	心電図検査	1年生	13:00~	男子：相談室 女子：保健室	
			聴力検査	1年生	13:00~	放送室	
	14	水	耳鼻科検診	1年生	9:00~	保健室	
	15	木	歯科検診	全校生徒	9:00~	調理室 保健室	
	16	金	内科検診	1年生未受診者・2年生	13:00~	男子：相談室 女子：保健室	
	27	火	眼科検診	1年生	13:00~	保健室	
6	2	月	内科検診	未受診者・3年生	13:00~	男子：相談室 女子：保健室	
	13	金	心電図二次X線 撮影日	1年生二次対象者（養護教諭同伴）	13:00~	市民健康センター	
	26	木	心電図二次 診察日	1年生二次対象者（保護者同伴）	13:00~	休日急患センター	