

令和6年4月8日  
上尾市立大石中学校  
保健室



入学、進級おめでとうございます。いよいよ今日から新学期がスタートしました。新しい生活への期待や意欲にあふれる一方、不安や緊張を抱えながら過ごしているとも思います。新しい環境という緊張の中で、自分でも気づかないうちに疲労がたまっていることがあります。特に4月は学校行事も多く忙しい時期ですが、早寝早起き朝ごはんを実践し、体調管理に十分気を付けましょう。

## 学校医、学校薬剤師の先生方です

- 〈内科〉
  - ・池見佳一郎先生
  - ・村田 宏子先生
- 〈歯科〉
  - ・井原 寛二先生
  - ・小川健一郎先生
- 〈耳鼻科〉
  - ・岡部 素子先生
- 〈眼科〉
  - ・伊波真理江先生
- 〈薬剤師〉
  - ・栗原 啓佑先生



## 5月までの健康診断の予定

| 月日   | 曜 | 検診名                     | 時間                 |
|------|---|-------------------------|--------------------|
| 4/10 | 水 | 【3年生】身体測定               | 1～3時間目             |
| 4/11 | 木 | 【2年生】身体測定               | 1～2時間目             |
| 4/12 | 金 | 【1年生】身体測定・色覚検査（希望者）     | 1～4時間目             |
| 4/15 | 月 | 【もちの木】身体測定              |                    |
| 4/16 | 火 | 内科検診（3-1～3-4）           | 13：30～             |
| 4/22 | 月 | 心臓検診（1年生）               | 13：20～             |
| 4/23 | 火 | 内科検診（3-5～3-6）           | 13：30～             |
| 4/24 | 水 | 尿検査容器配布日                |                    |
| 4/26 | 金 | 心臓検査予備日                 | 上尾市役所 午前中          |
| 4/30 | 火 | 尿検査提出日 1日目<br>眼科検診（3年生） | 朝、各教室で提出<br>13：30～ |
| 5/1  | 水 | 尿検査提出日 2日目              | 朝、各教室で提出           |
| 5/13 | 月 | 内科検診（1-1～1-4）           | 13：30～             |
| 5/15 | 水 | 尿検査 2次検査                | 朝、各教室で提出           |
| 5/31 | 金 | 眼科検診（2年生）               | 13：30～             |

# 身体測定について

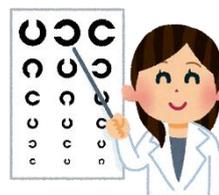
## 【日時】

4月10日（水）・・・3年生（1～3時間目）  
4月11日（木）・・・2年生（1～2時間目）  
4月12日（金）・・・1年生（1～4時間目）  
4月15日（月）・・・もちの木



## 【服装】

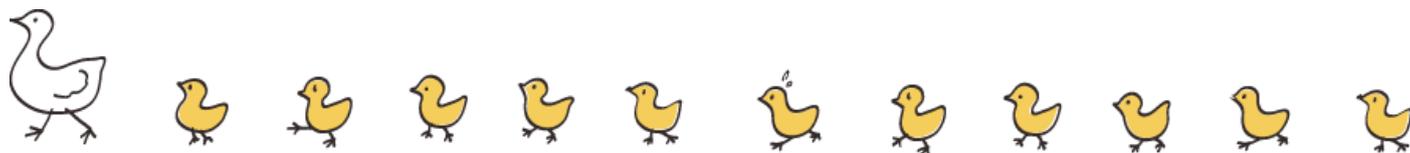
- 体操着（半袖、ハーフパンツ）
- 眼鏡（もっている人は必ずもってくる）



眼鏡・コンタクト  
の人は着けてくる  
のを忘れずに！

## 1年生の保護者のみなさまへ

1年生は、4月12日（金）に色覚検査、22日（月）に心臓検診があります。その際、希望調査票と問診票が必要となります。まだ提出が済んでいない方は、4月9日（火）までに必ずご提出下さい。ご協力をお願い致します。



学校で行う健康診断は、みなさんの「今」の健康をチェックするとともに、将来にわたって健康に過ごせるようにその方法やポイントを学ぶ場です。

### 【こんなことに気をつけて・・・】

- ・自分の体の発育の様子や健康状態を知りましょう。
- ・自分の健康に関心を持ちましょう。
- ・病気や異常などあったら、早く治療するようにしましょう。
- ・自分の健康課題を見つけ、その解決に向けて取り組んでいきましょう。

養護教諭の <sup>かわしま</sup>〈川嶋 <sup>あかね</sup>紅音〉と、<sup>ゆもと</sup>〈湯本 <sup>みか</sup>美華〉  
です。どうぞよろしく申し上げます。

