



茨城県立太田西山高等学校保健室 令和8年4月発行

# 入学進級 おめでとうございます

4月は、新しいことがいっぱいワクワクするけれど、緊張することもありますよね。がんばりすぎて疲れたかな?と思ったら、のんびりする時間も作りましょう。保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも遠慮せず、気軽に来てくださいね。

## ◇保健室の利用について◇

・・・みんなの保健室。ルールを守ろう・・・

- ◎原則として、保健室は学校での急病やケガなどの「一時的な応急処置」を行うところです。
- ◎どうしても具合が悪いときにはまず職員室に行き、担任の先生または学年の先生に症状や状況を話してください。保健室に来る必要がある場合には「保健室利用願い」を書いてもらってきてください。
- ◎急を要さない場合は、できるだけ休み時間に来ること。
- ◎飲み薬をあげることはできません（自分に合う薬があればカバンの中に用意しておきましょう）。
- ◎休養できるのは、原則1時間です。休んだあとは布団や毛布をもとに戻しましょう。
- ◎心や体のことで悩みがあるときは、ささいなことでも相談にきてみてください。

### 保健室に入るときの3ステップ

1 あいさつをする

しつれいします

2 自分のクラスと名前を書く

○年○組  
○○○○です



3 来た理由を伝える

転んで  
ひざを  
すりむきました

### 保健室の大切な約束

保健室にはケガをしたり体調がよくな  
い人が来ています。何より大切なのは、  
自分以外の人の今の状態を想像して、  
思いやりの気持ちを持つことです。  
保健室の大切な約束です

## ◇学校医等の紹介◇

健康診断・環境衛生検査等でお世話になる先生方を紹介します。  
みなさんが健康、安全な学校生活を送れるようお手伝いします。  
どうぞよろしくお願いいたします。

学校医	いしかわ ちから 石川 主税 先生	太田病院
学校医	おない えいこ 尾内 映子 先生	ひたちの中央クリニック
学校医	いしだ まこと 石田 良 先生	くぼたクリニック
学校歯科医	おおもり しょうえい 大森 翔英 先生	大森歯科・口腔外科
学校薬剤師	やなぎばし ゆうこ 柳橋 裕子 先生	大畠薬局

4月から定期健康診断が始まります。

健康診断は、自分の健康状態を知る上でとても大切です。各健診の詳細については随時お知らせしますので、忘れずに受診しましょう。

- 4月10日(金) 聴力検査(1年生、3年生)
- 4月24日(金) 歯科検診(1年生)大森先生
- 5月1日(金) 身体測定(身長、体重、視力)(全学年)
- 5月19日(火) 内科検診(3年生)尾内先生
- 6月10日(水) 内科検診(2年生)石田先生
- 6月12日(金) 歯科検診(2年生)大森先生
- 6月18日(木) 内科検診(1年生)石川先生
- 6月19日(金) 歯科検診(3年生)大森先生

※この他に心臓検査(1年生)、尿検査(全学年)があります。

※内科検診では、学校医が脊柱や胸部の疾病及び異常の有無、皮膚疾患の有無、心臓の疾病及び異常の有無などを診察します。正確な検査・診察のため必要に応じて医師が、体操服等の着衣をめくって視触診したり、着衣の下から聴診器を入れたりすることがあります。

健康診断で心配なことがある場合は、担任の先生などに話してみてください。

※保健室担当は、養護教諭の常恒(つねつね)です。  
よろしくお願いいたします。

参考：日本学校保健研修社「健」通巻第643号

