

保健だより

令和7年4月11日
さいたま市立三室中学校
保 健 室

入学、進級おめでとうございます！みなさんが元気に学校生活を送ることができるよう、保健室ではみなさんの心や体の健康をサポートします！中学生の時期は、自分で自分の健康を守る力をつけていく時期です。健康面について心配なこと、困ったことがあった時は相談してください。

保健室について

保健室を担当します。よろしくお願いします！

養護教諭：

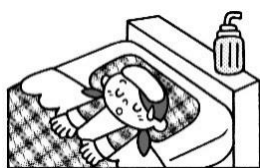
養護担当：

★こんな時、保健室の利用ができます★

○けがをした時



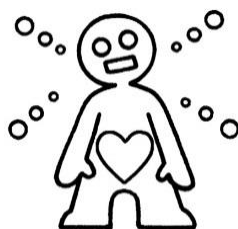
○体の調子が悪くなった時



○体について知りたい時



○心の調子がすぐれない時



★保健室の利用について★

・保健室を利用したい場合は、必ず先生や保健委員、友だちに伝えてから保健室にきましょう。

★保健室ではできないこと★

・けがの継続的な手当てや、学校外で負傷した場合の手当て。
・飲み薬はありません。必要な人は自分で用意してください。

★保健だよりは、月に1回程度発行します。家に持ち帰り、保護者の方にも見せましょう。

学校における健康管理について(R7.4)

※保護者の方も、御確認をお願いします。

◆登校前に

○健康観察を行います。体調に不安がある場合は、「登校するか、欠席するか」「登校して体調が悪化したらどうするか」などについて、保護者と確認します。

○体調不良による欠席で学校に連絡する際は、Formsや電話で、具体的な症状を伝えてください。

「発熱」「のどの痛み」「頭痛」「腹痛」「気持ちが悪い」など。また、「新型コロナウイルス感染症」「インフルエンザ」「感染性胃腸炎」など出席停止に該当する感染症にかかった場合は、病名・発症した日もお知らせください。感染症の種類により、出席停止期間が定められています。

◆朝の健康観察

○朝の会で、担任の先生が呼名し、健康状態を確認します。

★いつもの体調と異なるところがある場合は、担任の先生に伝えましょう。



◆体調が悪くなってしまったときは…

○授業担当の先生に申し出ます。保健委員が付き添って保健室に向かいます。

○体調が悪くて授業に参加できない場合は、保健室で休養する（1時間まで）か、早退となります。

※1時間の休養で回復の見込みがあれば休養、回復の見込みがなければ早退の判断をします。

○早退する場合は、保護者に連絡します。自分で帰れるときは、自力で帰り、家に着いたら学校に帰着の連絡をします。

★保護者への連絡がつかないケースが見受けられます。また、連絡はついても、鍵を持っておらず帰れない、というケースもあります。早退することになった場合を考え、事前に保護者の方と相談・確認しておきましょう。

★緊急連絡先に変更が生じたときは、早めに担任の先生に伝えてください。

◆一時的な体調不良で、教室に戻る場合

○体調が回復しても、保健室で休養した日は、原則、部活動には参加せず下校します。

(運動部・文化部問わず)。自宅でしっかり休養し、体調の回復に努めます。



健康診断のお知らせ

●4月から6月にかけて、健康診断を行います。成長期のみなさんにとって、どれも大切な検査です。

●学校で行う健康診断は、「スクリーニング」で、集団の中から、病気や異常の「疑い」を見つけることを目的としています。健康診断の結果、病気や異常（「疑い」を含む）がある場合には、疾病通知を配付します。疾病通知を受け取りましたら、病院受診をお願いいたします。

●学校では、限られたスペース・限られた時間で大人数を検診します。プライバシーに配慮するよう努めていますが、健康診断を受けるうえで心配がある人は、事前に保健室まで相談に来てください。

●各検診の日程は裏面の「令和7年度 定期健康診断日程一覧」で御確認ください。



健康診断・環境衛生検査等でお世話になる学校医の先生方

診療科目	先生	病院名
内科	古藤 雅彦 先生	古藤内科医院
	市川 聡子 先生	ハーモニークリニック
眼科	たかしま 隆行 先生	たかしまアイクリニック
耳鼻科	なかじま のりゆき 先生	なかじまクリニック
歯科	おさだ しげゆき 先生	おさだ歯科医院
	むらまつ 輝晃 先生	むらまつおとなこども歯科
薬剤師	佐野 幸子 先生	