

保健だより



令和6年4月
足羽中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます

新入生の皆さん、足羽中学校へようこそ!新しい校舎、制服、友達、先生など…慣れないことばかりで体調を崩すこともあるかもしれません。無理をせず、何かあったら保健室に気軽に来てくださいね。

在校生の皆さん、ついに新しい学年になりましたね。この春休みはゆっくりすることができましたか?勉強や部活動、学校行事など、様々なことがあります。皆さんらしく、明るく元気にすごしていきましょう!

この一年間、大きなけがや病気をすることなく、生活してほしいと思います。特に年度始めは登下校中のけがが多いです。交通ルールを守って、安全に登下校をしてください。

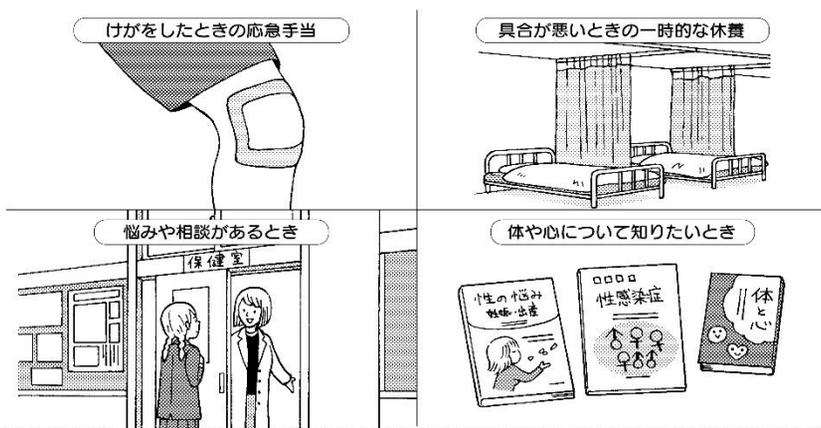
今月の保健目標：自分の健康、発育状態を知ろう

健康診断の日程です。準備物をよく確認しておきましょう。

日時	内容	学年	準備物
4月10日(水) 1~4限	発育測定 ・身長、体重 ・視力 ・聴力 ※2年生は聴力なし	1~2限…3年生 2~3限…2年生 3~4限…1年生	半袖半ズボンの体操服 成長の記録、筆記用具 眼鏡(持っている人。裸眼と矯正両方測定します)
16日(火) 13時30分~	歯科検診	1年生	歯ブラシセット
17日(水) 13時15分~	内科検診		半袖半ズボンの体操服
18日(木) ※予備日19(金)	1次検尿	全学年	朝、回収をします。 忘れた人は19日に必ず提出してください。
22日(月) 13時15分~	心電図検査 血液検査(希望者のみ)	1年生	半袖半ズボンの体操服 血液検査は希望者のみです
23日(火) 13時30分~	歯科検診	3年生	歯ブラシセット
24日(水) 13時15分~	内科検診		半袖半ズボンの体操服
5月 8日(水) 13時15分~	内科検診	2年生	半袖半ズボンの体操服
14日(火) 13時30分~	歯科検診		歯ブラシセット
28日(火)	2次検尿	2次検尿対象者 1次未提出者	朝、回収をします。 忘れないようにしましょう。

保健室の役割

保健室の役割には、けがをしたときの応急手当、具合が悪いときの一時的な休養などがあります。利用する際にはルールを守って、静かに使うようにしましょう。



視力検査の ABCD とは?

視力検査では、視力が高いほうからABCDの4段階で判定します。最も視力が低いD(視力0.2以下)になると、眼鏡かコンタクトレンズがないとはっきり見えない状態です。

A 視力1.0以上

視力はよい。生活に支障がない視力がある。



B 視力0.7 ~ 0.9

条件によっては、生活に影響がある。



C 視力0.3 ~ 0.6

教室の後ろからは黒板の字が見えにくいことがある。



D 視力0.2以下

教室の前のほうでも黒板の字が見えにくい。

