



4 月号
2026.4.8

ほけんだより



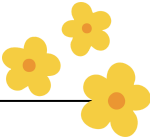
村田高校保健室

1年次のみなさん入学おめでとうございます。2・3年次のみなさんも進級おめでとうございます。
新年度のスタートを迎え、楽しい気持ちの一方で不安な気持ちや緊張もあるかと思います。環境や生活リズムの変化から、知らず知らずのうちに心身ともに疲れがたまりやすく、体調を崩しやすい時期です。自分の気持ちやからだのサインに意識を向けながら、自分のペースを大切に過ごしてくださいね。



保健室

養護教諭の加藤佳織（かとうかおり）です。
みなさんが元気に学校生活を送れるよう心とからだの健康をサポートしていきたいと思いますので、気軽に声をかけてくださいね。



健康診断がはじまります



検査・検診日	検査項目
4月10日（金）	身体測定 （身長・体重・視力・聴力）
4月14日（火）	結核検診（1年次）
4月16日（木）	循環器検診 （1年次と昨年度未検査者） 血液検査（1年次）
4月23日（木） 4月24日（金）	尿検査回収
4月30日（木）	耳鼻科検診
5月18日（月）	眼科検診
5月25日（月）	内科検診
6月2日（火）	歯科検診

守ってください 保健室のルール

- 来室するときは担任の先生または授業担当の先生に一言話をしてから来室しましょう。
- 入室するときは必ずノックをし、クラス・名前・用件をきちんと話しましょう。
- 休養は**原則1時間**です。
（回復しない場合は、帰宅して自宅で休養します）
- 休み時間以外の**スマホ使用は原則禁止**です。
- 飲食は禁止です。
- 医療機関ではないため、痛み止めなどの飲み薬を渡すことはできません。
（常備薬のある人は忘れずに持ち歩きましょう）
- 養護教諭不在のときは、無断で入室せず、職員室へ。

お互いに思いやりを持ち、みんなが気持ちよく過ごせる保健室にできるようご協力をお願いします。

村田高校にはスクールカウンセラーさんとスクールソーシャルワーカーさんも定期的に来校し、みなさんの心のサポートをしてくれています。新年度が始まり、なにか悩みや相談事が出てきたとき、「先生や家族には話しづらい」と感じるときには相談先の1つとして頭に入れておいてくださいね。来校日などの詳細は決まり次第連絡します。

今年度お世話になる校医の先生です♪

- 内科校医 最首 文恵先生（町南診療所）
- 歯科校医 前田 真史先生（前田歯科医院）
- 眼科校医 水戸 武三先生（水戸眼科医院）
- 耳鼻科校医 近藤 芳史先生



健康診断は、病気の早期発見や早期治療だけでなく、健康や自分自身のからだに関心を持つための貴重な機会です。1年に1度の機会ですので、できるだけ休まずに受けましょう。