

# 若い樹

宮城県立支援学校岩沼高等学園

保健だよりNo. 1

平成28年4月8日

進級おめでとうございます。

新年度がスタートし、新しい出会い、新しい環境に期待と不安があると思います。慣れるまで緊張するかもしれませんが、いろいろな経験を積み重ねながら、成長していきましょう。保健室からも応援しています。

## 健康診断日程

4月から6月にかけては、健康診断が計画されています。自分の体に関心を持ち、健康について考えるよい機会です。しっかり健康診断を受けましょう。

来週さっそく耳鼻科検診があります。髪が長い人は結ぶ、もしくは耳にかけて、耳が隠れないようにしてきてください。

### 校医の先生を紹介します

|     | 校医名    | 病院名          |
|-----|--------|--------------|
| 内科  | 小島照正先生 | 小島病院         |
| 眼科  | 板橋隆三先生 | 板橋眼科         |
| 耳鼻科 | 丹野哲子先生 | 丹野耳鼻科        |
| 歯科  | 野呂三徳先生 | あいタウン歯科クリニック |
| 薬剤師 | 猪股 勉先生 | クスリのふみや      |

| 日にち              | 時間     | 対象学年 | 検診内容  |
|------------------|--------|------|---|
| 4月12日(火)         | 5～6校時  | 全学年  | 耳鼻科検診（耳鼻科校医：丹野哲子先生）                                     |
| 13日(水)           | 2～4校時  | 2年   | 身体測定、視力検査   |
| 14日(木)           | 2～4校時  | 3年   | 身体測定、聴力・視力検査  |
| 14日(木)<br>15日(金) | 朝 提出   | 全学年  | 尿検査<br>尿検査予備日   |
| 15日(金)           | 2～4校時  | 1年   | 身体測定、聴力・視力検査  |
| 15日(金)           | 5～6校時  | 1年   | 結核検診（胸部X線）  |
| 18日(月)           | 5～6校時  | 全学年  | 眼科検診（眼科校医：板橋隆三先生）                                       |
| 5月10日(火)         | 13：20～ | 3年   | 歯科検診（歯科校医：野呂三徳先生）<br>給食後の検診です。特にていねいに歯をみがいてから検診を受けましょう。 |
| 11日(水)           |        | 2年   |   |
| 13日(金)           |        | 1年   |   |
| 19日(木)           | 5～6校時  | 1学年  | 心臓病・血液検査（心電図・心音図・採血）                                    |
| 6月 7日(火)         | 5～6校時  | 全学年  | 内科検診（内科校医：小島照正先生）                                       |

## 4月の保健目標

### 新しい生活のリズムをつけよう！



春休みで、生活リズムが不規則になっていませんか？夜ふかしをしたり、朝食昼食が一緒になったり…。

元気に学校生活を過ごすには「はやね・はやおき・あさごはん」が大切です。

生活リズムが不規則になっている人は、まずは夜12時前には寝るようにしましょう。