



山脇学園 保健室  
2025年4月

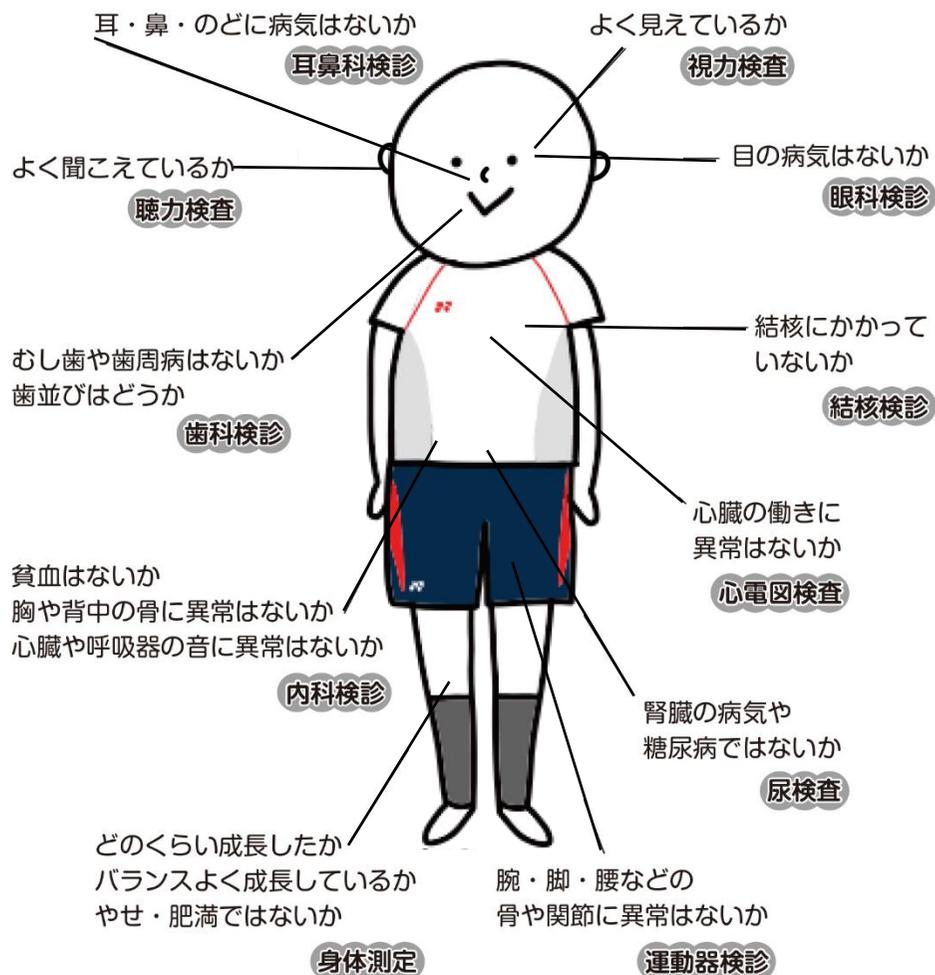
ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新学期が始まりました。新しい学年での目標はたてましたか？1年間というのはあっという間です。自分自身を見つめ直し、新たな目標設定をして有意義な時間を過ごせるように努力をしましょう。ただし、頑張りすぎて疲れたな・・・と感じた時は休憩を取ることも忘れずに!!

4月は健康診断があります。健康診断は自分の体について知る絶好のチャンスです。早期発見・早期治療につなげるチャンスでもあります。この機会を上手に活用しましょう。

### 健康診断ではこんなことを調べます！

学校で元気に学習したり運動したりするために行うのが、健康診断です。新しい学年の始まりに、自分のからだについて知り、健康面をきちんと整えましょう。



## 4月30日(水)に健康診断を行います。

健康診断の目的は、「体がどれだけ成長したか」「病気の疑いがないか」を調べることです。また今回の健康診断の結果を参考に、生活習慣の見直しや改善をして今後の生活をより健康的に過ごすために役立てましょう。

学年によって登下校時間や検査の順番が違うので、事前に配られる資料をよく読み、担任や係の先生の指示に従いましょう。



### 〈尿検査日程〉

①4月18日(金) } 登校後～8:30 までに自教室下駄箱上のカゴへ提出  
②4月19日(土) }

③4月30日(水) } 登校後～13:30 までに正門に設置してある回収箱に提出  
(予備日)

## 保健室を利用するときは

- なるべく先生又は周りの友達に伝えてから保健室に来室しましょう。
- 保健室内では静かにしましょう。
- 薬品、備品を勝手に使用しないようにしましょう。
- 保健室は体調の悪い人が一時的に休養をするところです。休養時間は原則1時間です。
- 悩み事がある時など、いつでも相談してください。
- 家庭での怪我、継続的な処置を必要とする怪我は、登校前に処置をして来てください。
- 緊急時以外では、出来るだけ休み時間に来室しましょう。
- 保健室では薬を渡していません。必要な人は自分に合った薬を持参してきてください。
- 学校で怪我をして病院を受診した際は、早めに担任・部活動顧問に伝え書類を保健室に取りに来てください。(※日本スポーツ振興センターに申請すれば、「災害共済給付」をうけられます。)



## カウンセリングルームについて

開設曜日と時間：4時間目(11:40)～放課後17:30

月	火	水	木	金
小山	谷	小山	小山	谷

利用方法：予約制 担任や学年の先生、保健室の先生を通じて申し込む。  
※相談枠は基本的に学校の時間割に従い50分、放課後は15:40～/16:30～  
カウンセリングルームの場所：6号館の地上1F(4F)



生徒の皆さんはもちろんのこと、保護者の方も利用できます。

学校生活や家庭で困っていることや悩んでいることがあったら、一人で抱えこまずに利用してください。