



愛媛県立松山北高等学校保健室 令和8年4月

入学・進級おめでとうございます。

新学期がスタートしました。保健室ではみなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートしていきます！

健康診断の目的は…？



その❀ 自分の成長や健康状態を知る

その❀ 病気の疑いがないかを調べる

その❀ 自分の体や健康に関心をもつ

もうすぐ健康診断 その前に

毎年の健康

診断、「なん
となく」「や
らせて」受
けるだけになって
いる人は
いませんか？
せっかくみな
さんの貴重な時
間を使っ
て行うもの。
もっと有意義
にするための提
案です。



事前セルフ健康診断のススメ

- ☒ 最近の生活や体の調子で気になる
ところはありますか？
- ☒ 歯の状態はどうですか？ 鏡で見てみましょう。
- ☒ メガネやコンタクトレンズの度は合っていますか？
- ☒ 身長を測ってみましょう。朝と夕方では少し差が出ることも。
- ☒ トイレで尿の色を見てみましょう。いつも同じ色ですか？



自分の体に興味を持つと、健康診断はもっと面白くなりますよ。



学校医の先生を紹介します



内科	原循環器科・内科	原 裕二	先生
歯科	徳永歯科	徳永 正泰	先生
眼科	さなだ医院	眞田 真理子	先生
薬剤師	ハッピー薬局	田邊 元秀	先生

4月健康診断の予定

- 14日(火) 身体計測(全学年)
心電図検査(1年)
- 15日(水) 内科検診(3年)
- 20日(月) 結核検診(1年)
- 22日(水) 内科検診(1年)
- 23日(木) 尿検査 1日目(全学年)
- 24日(金) // 2日目(//)

※検診の結果、受診や治療が必要な場合は「お知らせ」を渡しますので、早めに受診しましょう！

学校生活の中でケガをしたら、 災害給付金を受け取れます

授業中・部活動中・休憩時間・放課後・登下校中・部活の対外試合などの学校生活の中でケガをして病院を受診された場合、日本スポーツ振興センターから災害給付金を受け取ることができます。対象になるケガをされたときは、担任、部活顧問、または養護教諭にお問い合わせください。



総医療費が5,000円(自己負担3割の場合、窓口支払いが1,500円)以上が対象です。

こんなとき

保健室にきてください



ケガをしたとき



具合が悪いとき



自分のからだについて
知りたいことがあるとき



悩みがあるとき…など

保健室では

マナーを守りましょう



入るときは、しずかにあいさつを

失礼します

大きな声を出さないで

なるべく少人数で



担任の先生に「保健室に
行きます」と伝えてから来る



出ていくときも
あいさつをしましょう

※学校管理下でケガをした場合、市町の医療費助成制度の対象外となる場合があります。お住まいの市町担当窓口へご相談ください。



副作用やアレルギーが起こる可能性があります。
普段から飲んでいる薬がある人は、各自で準備して通学バックに入れておきましょう。

「保健だより」について

保健だよりは毎月発行します。

4月号はプリントでお配りしましたが、5月号からは保健委員が作成し、Classiやロイロノートにデータ配信したり、HPに掲載したりします。

生徒・保護者のみなさん、ぜひ見てくださいね!!