

# 保健通信 (4月号)

益田翔陽高等学校 保健室  
令和8年4月9



**入学 進級**  
おめでとうございます

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2、3年生のみなさん進級おめでとうございます。新しい一年が始まりました。保健室も新しいメンバーでスタートしました。

保健室ではみなさんが健康で安全に過ごすことができるようにサポートをしていきたいと思ひます。一年間、よろしくお祈ひします。保健相談部のメンバーを紹介しします。

## <保健相談部メンバー>

いけなが かずえ 池永 和江 (保健相談部長・国語科)    みうら だいじ 三浦 大治 (電子機械科)    まつうら さとこ 松浦 聡子 (家庭科)    かわもと のぶふみ 川本 展史 (電子機械科)

なかしま たいち 中島 大智 (電気科)    いはら なおみ 井原 直美 (養護教諭)

1年間  
よろしくお祈ひします

## 健康診断について

健康診断は、からだの発育を知ったり、病気や異常がないかを調べたりする大切な検査です。自分の健康状態を知り、健康的な生活へ繋げるために行います。今だけでなく、数十年後も良好な体の状態を保っている自分を目標にしてほしいと思ひます。



## 【4月の健康診断日程】

日程	検診項目	該当クラス
4/14(火)	身体測定	全クラス
4/15(水)	心電図検査	1年生
4/21(火)	結核検診	1年生
4/22(水)	尿検査(1回目)	全学年
4/22(水)	耳鼻科検診①	1年生、3年生のうち 4クラス実施※

## 4月の予定

### 仲間づくり HR について

1年生を対象に仲間づくり HR を各クラスで行います。まだ話したことがない人と話ができるきっかけになればいいと思ひています。

4/14(火) G1

4/15(水) S1、E1

4/16(木) A1

※実施クラスは時間割をみて決定しします。耳鼻科検診①4/22、耳鼻科検診②6/10

## 健康管理について

新学期が始まり、新しい学年になりました。1年生は新しい環境に慣れるためにも、入学してすぐは疲れを溜めずに早く寝て体を休めるよう心掛けてほしいと思ひます。慣れてきたら徐々に自分のペースで勉強、部活動に取り組んでいってください。2、3年生は、新たな目標に向かって進むために、生活リズムを崩さずに体調管理を行ってほしいと思ひます。実りの多い一年にしまししょう。



今月の保健通信担当：養護教諭 井原