



ほけんだより

尾道南高等学校
保健室
令和7年4月号

4月に入り、新しい環境になりましたが、だんだん慣れてきましたか？

覚えることや考えることが多くなったり、緊張や不安もあると思います。無理をせずに、少しずつ頑張ってください！

4月の保健目標

自分の健康状態を知る

健康診断を受けよう！

下の表は、4月から6月までの健康診断の予定表です。

4月		5月～6月	
4/15(火)	身体測定・視力検査・運動器検査(全学年)	5/1(木)	色覚検査(希望者のみ)・聴力検査(全学年)
4/16(水)	胸部X線検査①(昨年まで未受診の人、1年生)	5/13(火)	耳鼻科検診(全学年)
4/18(金)	胸部X線検査②(1年生)	5/14(水)	眼科検診(全学年)
4/22(火)	胸部X線検査③(1年生)	5/16(金)	歯科検診(全学年)
4/23(水)	心電図(昨年まで未受診の人、1年生)	5/28(水)	内科検診(全学年)
4/25(金)	胸部X線検査④(1年生)	6/11(水)	内科検診(全学年)
		6/5(木)	尿検査(全学年)
		6/6(金)	

健康診断のメリットは、病院に行かなくても学校で・・・



①病気や異常が無いかがわかる！



②自分の成長がわかる！



③気になる事を学校医さんに相談できる！

今年度、養護教諭を務める宮元彩夏です。

高校生の頃は、皆さんと同じで定時制高校に通っていました！

好きなことは、散歩/料理/イラストを描くこと/ゲーム など・・・

皆さんの好きなことも、ぜひ教えてください！

ほけんだよりのイラスト募集！

5月のテーマ「生活リズムを整える」にちなんで

イラストを募集します。

興味のある人は宮元まで声をかけてください！