



## ほけんだより 4月号



令和6年4月18日  
小牛田高等学園  
保健室

### 新入学・進級おめでとうございます。



令和6年度がスタートしました。

保健室から小牛田高等学園の生徒のみなさんに、毎月、「ほけんだより」をお届けします。

健康について、生徒のみなさんに必要な情報をお知らせします。

みなさんが安心して学べるよう、保健室からサポートしていきます。

どうぞ、よろしくお願いいたします。



### 🌸 今月の保健目標 🌸

4月から6月にかけて健康診断があります。

日程を確認して、検査を受けましょう。

## 「自分の体を知ろう」

### ◆ 健康診断日程

月 日	曜 日	時 間	検 査 項 目	対 象	場 所
4月8日	月	3校時(2学年) 4校時(3学年)	身体測定 視力・聴力検査	全学年	会議室 保健室
4月10日	水	1校時(1学年)	握力検査		教育相談室
4月17日	水	13:00～	眼科検診	全学年	保健室
4月23日	火	朝のSHR後提出	尿検査	全学年	保健室
4月24日	水	登校後提出	尿検査予備日	未提出者	保健室
4月24日	水	8:50～	循環器検診	1学年	保健室
4月26日	金	13:30～	結核検診	1学年	生徒昇降口
5月10日	月	10:30～	耳鼻科検診	全学年	保健室
5月14日	火	10:30～	歯科検診	全学年	保健室
6月19日	水	13:00～	内科検診	全学年	保健室
5月中旬	月～金	星休み・放課後	色覚検査	1学年	保健室

### 1年お世話になる先生を紹介します

- |      |       |    |        |       |    |
|------|-------|----|--------|-------|----|
| ・内科  | 高城 利江 | 先生 | ・歯科校医  | 木村 俊春 | 先生 |
| ・眼科  | 一迫 浄  | 先生 | ・学校薬剤師 | 高橋 均  | 先生 |
| ・耳鼻科 | 神宮 香予 | 先生 |        |       |    |



## 保健室

## の利用の仕方～ワン・ツー・スリー～

- 1 保健室に来室することを、担任の先生や教科の先生、学年の先生に伝えましょう。
- 2 保健室を退室する時は、保健室の先生から「利用カード」を受け取ります。
- 3 先生に、「利用カード」を渡します。

(①授業に戻る場合は、教科の先生へ利用カードを渡します。

②休み時間に戻る場合は、担任、または、学年の先生に利用カードを渡します。

\*休養は、1 時間が目安です。



性について学ぼう！

小牛田高等学園では、「性について正しく学ぶこと」を大切にしています。ほけんだよりでは、毎月の保健目標に沿ってお知らせします。

## 第 1 回 「体の成長とプライベートゾーン」

10～12 歳になると、男女の体の特徴がはっきりしてきます。このことを「二次成長」と言います。からだにもこころにも変化があります。

### 【男性の体の成長】

- ・からだがかっしりしてくる
- ・声が低くなる
- ・性器まわり、わきの下、口のまわりに毛が生える
- ・ペニスや精巣が大きくなる

### 【女性の体の成長】

- ・全体的に丸みのあるからだになる
- ・乳房（おっぱい）がふくらむ
- ・わきの下、性器のまわりに毛が生える
- ・お尻が大きくなる

### 【こころの成長】

- ・異性が気になる
- ・自分の体を気にする



成長することは、素晴らしいことです。

しかし、気をつけなければいけないこともあります。

プライベートゾーン～特別に大切なところ～



・乳房、性器、おしりは、プライベートゾーンと言われています。特に大切なところなので、見せたり、触らせたりしません。



・健康診断や病院を受診する際は、健康を守るために体を見せることが必要な場合があります。検査に協力しましょう。