

すまいる April

No. 1 / 28年4月6日

明健中学校 保健室

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。新しい学年、新しいクラスに期待や不安で胸がいっぱいですね。新しい生活に慣れようとついついはりきってしまいますが、焦らず自分のペースでゆっくり今の生活に慣れていってくださいね。ほっと一息つける時間も大切にしましょう。

4月の保健目標

自分の健康状態を知ろう

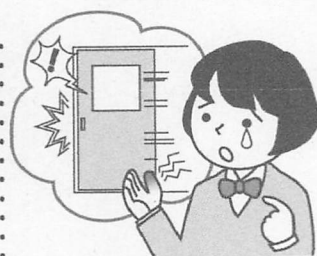
いろんな人が利用する場所である保健室、ルールを守って利用することはみなさんわかっていることだと思います。それにもう1つ加えて欲しいことがあります。それは「思いやりの心」を持って利用すること！保健室に来る理由は人それぞれです。みんなが気持ちよく利用できるように、お互いのことを考えた利用のしかたができるとなおよいですね。

保健室を利用するときの約束

※保健室では内服薬はあげていません。また、保健室でできるのは応急処置までです。(治療については医療機関を受診してください)



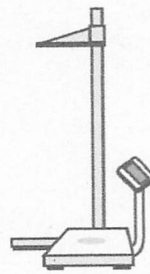
担任や教科の先生に
ことわってから
来てください
(緊急時を除く)



いつ、どこが、
どうして、どんな
具合なのか、
具体的に話して
ください



保健室にあるもの
(身長計や本など)
を使うときは、
一声かけてください



具合の悪い人が
寝ていることも
あるので、
保健室では静かに
してください

保健室に来室する際は…

「保健室お願いカード」が必要です！



- ・みどり色のカードです。
- ・各教室、特別教室に置いてあります。
- ・担任の先生や教科の先生にサインをいただいてきてください。
- ・このカードがないと保健室は利用できません(緊急時は除く)

【保健室お願いカード】

- 症状
- 先生のサイン

健康診断が始まります！

どうして健康診断をするのかな？

自分のからだについて
知るため



自分のからだの成長を知ったり、異常が隠れていないかを確認したりします。

病気を早く見つけて、
早く治療するため



検査や検診を通して、具合のよくないところを見つけ、悪化を防ぎます。

自分のからだや健康に
関心をもつため



健康診断をきっかけに、自分のからだや健康に関心をもて、健康の維持につながります。

《 4月の予定 》

実施日	検査項目	対象学年	連絡事項
7日（木）	身体測定	3年生	【視力検査について】
15日（金）		1・2年生	メガネ・コンタクトレンズがある人は忘れずに！ ^{きょうせい} 矯正視力を測定します。
12日（火）	内科検診	3年生	【提出物】＊記入もれに注意！ ・保健調査票 ・結核健診問診票

保護者の方へ

《 保健関係の提出物について 》

■ 保健調査票・保健管理票（表・裏）

- ・1年生…本日配付しました。（提出期限：4／8）
- ・2、3年生…提出期限：本日（未提出の場合は早急をお願いいたします）

新たに、整形外科および色覚に関することもうかがっていますので、もれなくご記入ください。

＊整形外科については「保健調査票（整形外科）について」のプリントを参考にご記入ください。

■ 結核健診問診票

- ・記入もれにご注意ください。



保健室から



ほ けん っ 室 の

佐藤 あゆみ です



1・2年生のみなさん、はじめまして。3年生のみなさん、お久しぶりです。明健中学校養護教諭の佐藤あゆみです。

この保健室通信のタイトルには保健室からみなさんを「笑顔」にしたいという想いを込めています。たくさんの「笑顔」が見られるように、精一杯お手伝いをしていきたいと思っております、どうぞよろしくお願いいたします。

今年度も心も体も元気で楽しい1年にしましょう！