



ご入学・進級おめでとうございます。みなさんが、心もからだも健康で、いつも笑顔でいられるようなヒントを保健だよりで紹介していきますので、ぜひ読んでくださいね。

養護教諭の紹介

3月に転勤された猪狩先生に代わり山内順子と、昨年度に引き続き四栗里佳の2人が保健室を担当します。

毎日みなさんが元気に勉強したり、運動したり、行事に参加したりするために基本となる「心と体の健康」のお手伝いをしていきます。保健だよりや保健室前の掲示板でも、健康に関する情報を発信していきますので、ぜひ読んでください♪

保健室は誰でも利用して良い場所です。困った時、悩んだ時、嬉しい時があった時、いつでも保健室へ来てください。ただし、授業中の利用は授業を欠席したこと（欠課扱い）となります。授業は大切にしてください。できるだけ昼休みや放課後の時間を上手に活用して来室してくださいね。

みなさんが元気に学校生活を送れるよう、保健室から応援していきます！

学校3師の紹介

- 学校医 金田京子先生
(浜通りふれあい診療所)
- 学校歯科医 原田美紀先生
(原田歯科医院)
- 学校薬剤師 桜井先生

健康診断や環境検査でお世話になります。お会いした時には、元気に挨拶をしてください。



保健室のルール



① 保健室は当日のケガや体調不良の手当てをします

体調の悪い時は検温をしてから、自宅でのケガは手当てをしてから登校しましょう。

また、学校で保健室を利用した時は、帰宅後に保護者の方にどんな体調だったのか、どんなケガをしたのか説明しましょう。

保健室に来る時は、出来る限り先生に断ってから来るようにしましょう。

② 保健室での休養は、原則1時間とします

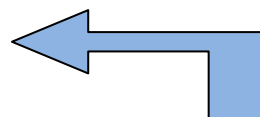
保健室のベッドは、体調の悪い人が一時的に休むためにあります。保健室での休養後は、教室に復帰するか、難しい場合は早退となります。1時間の休養で体調が復活しない時には、無理をせず自宅に帰ってしっかり休みましょう。

③ 保健室で薬は渡していません

よく保健室に薬をもらいに来る人がいますが、保健室で薬は渡していません。頭痛持ちであったり、お腹が弱かったり等の症状で常備薬がある人は、学校にも持参するようにしましょう。

健康診断が始まります！

検査項目	月日	時間	対象
身体測定	4月14日(金)	1～3校時	全年次
心電図検査	4月25日(火)	9:00～	1年次
貧血検査			
結核検診	5月9日(火)	13:30～	1年次
尿検査	4月27日(木)	クラスで集めて保健室へ	全年次
	5月11日(木)	各自保健室	再検査者、未提出者
	5月25日(木)	各自保健室	再検査者、未提出者
内科検診	5月31日(水)	13:20～	3年次
	6月7日(水)		2年次
	6月14日(水)		1年次
歯科検診	6月22日(木)	8:50～	1年次、2-1～2
	6月23日(金)		3年次、2-3～4



4/14(金)は、視力検査もあります。眼鏡、コンタクトをしている人は、忘れないようにしてください！



健康診断の結果、医療機関の受診が必要な人には、医療機関の受診をすすめる連絡をします。視力検査、歯科検診の結果は全員に配布します。受診が必要な人は早めに受診をして、受診の結果を担当の先生に提出してください。

健康診断、 3つのお得情報！

① 保健調査票はきちんと書いた方がお得！

短い時間で疾病の可能性や異常をスクリーニングします。調査票に記入してあることは特に注意してもらえてお得。

② 校医さんへのあいさつでお得！

校医さんは次々と大勢の検診を進めます。うるさかったりするとさすがの校医さんも集中力がなくなります。静かな環境と気持ちのいいあいさつで、最後まで正確に診てもらえてお得。

③ 早い治療でお得！

歯や目、耳、鼻、運動器などの疾病は、早く治療を始めれば「治療期間が短い」「治療費も安い」のでお得。

どんな1年になるかは、 あなた次第

1年前に比べると、身長も体重も成長しましたね。また、目に見えなくても“心”も今が伸び盛り。どんな経験も心の糧になります。

友情 恋愛 挫折 信頼

失恋 喧嘩 失敗 成功

経験を糧にするには、人の言葉や気持ちをよく考えること。もっと大切なのはどんなときも自分のよさを信じること。自分を大切に思うことです。

大きな成長を楽しみにしています！