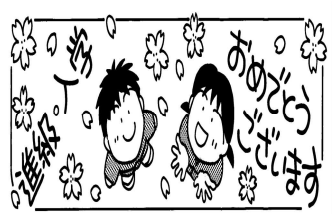


体も心も健康な一年に！



入学・進級おめでとう！ 306名の生徒で令和4年度がスタートしました。コロナ禍での学校生活は続きますが、「手洗い」「マスク」「距離（大声を出さない）」「換気」「消毒」を一人一人が意識して、毎日を健康に過ごしましょう！

「ほけんだより」には大切な連絡も書きますので、必ず家の人に見せてください。もちろん、中学生のみなさんもしっかり読んでください。

はじめまして！
保健室って
こんなところ
です



こんにちは。養護教諭の
小杉 朱美
（こすぎあけみ）です。

みなさんが心も体も健康で過ごせるようにサポートしてまいります。一年間よろしくお祈いします。

だれが使う？

だれでも
使える場所です

ただ、ケガ・体調の具合によって、順番通りに対応できないときがあります。思いやりの心で協力をお願いします！



いつ使う？

こんなときは
来てください



ケガをした
体調がわるい
悩みや相談事がある
体や心について知りたい

どうやって使う？

守ってほしい
ルールがあります



入室するときは **先生に伝えてから**

何も言わずにいくなると、周りのみんなが心配します。

ケガのことを **教えてください**

「いつ・どこで・何をしていた」の情報でどんな手当てをするか判断します。

保健室の中では **静かに**

しんどくて休んでいる人がいるかもしれません。

使うときは **声をかけて**

保健室のものは勝手に触らず、使ったら元の場所に。

4月 保健目標 自分のからだの様子を知ろう！

学校では、この一年、健康で学校生活を送ることができるかどうか、定期健康診断を行います。一年に一回、自分の体と向き合うことができる大切な検査・検診です。自覚をもって積極的な気持ちで健康診断を受けましょう！

健康診断の目的は…？

その❶ 自分の成長や健康状態を知る

その❷ 病気の疑いがないかを調べる

その❸ 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう！

定期健康診断の日程

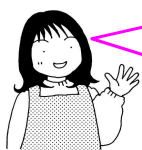
4月13日(水) 1・2限	身体計測、視力・聴力検査 ※半袖体操服を忘れないように！
4月15日(金) 13:30～	眼科検診(全学年) ※予備日はありません。
4月21日(木)	尿検査①
4月21日(木) 13:30～	心電図検査(7年のみ)
4月28日(木)	尿検査② (4月21日に提出できなかった生徒)
4月28日(木) 9:00～	内科検診(運動器・結核・宿泊行事事前検診)(8年)
5月24日(火)	尿検査 ※一次検査の結果、対象となった生徒のみ
5月26日(木) 9:00～	内科検診(運動器・結核・宿泊行事事前検診)(9年)
6月2日(木) 9:00～	内科検診(結核健診、運動器検診)(7年)
6月16日(木) 9:00～	歯科検診(全学年)

- * 検査、検診の詳細は、直前にほけんだよりでお知らせしますので、必ずおうちの方と読んでください！心配なことや不安なことなどがあったら、事前に教えてください。
- * 予備日や欠席者対応の設定がない検査・検診もありますので、なるべく学校実施日に受けられるようにしてください！学校実施日に受けられなかった生徒は、おうちの方に付き添ってもらい、学校医の医院で検診を行います。



内科：後藤 啓五 (ごとう けいご) 先生	(ごとう内科 八幡台)
眼科：松本 高典 (まつもと たかのり) 先生	(松本眼科 末広町)
歯科：加藤 眞言 (かとう まこと) 先生	(赤津歯科 八王子町)
薬剤師：加藤 信子 (かとう のぶこ) 先生	(愛知薬局 東茨町)

※ 学校医の先生方の来校時や検診時は心をこめたあいさつをしましょう！！



令和4年度がスタートしました。今年度の目標は何ですか。どんなことでもよいので、今年がんばりたいこと、めざしたいことをみつけるといいですね。「なりたい自分」に向かって、学び、つながり、挑戦していきましょう！人と比べなくていいです。自分のペースで、一歩ずつ進んでいきましょう。私がめざすのは、「基本的な生活習慣の確立」と「健康な心の保持」です。保健活動を通してみんなのからだと心の健康づくりを全力でサポートします。一年間、よろしくお願いします。

※保護者の皆様へ お気軽に保健室にお越しください。中学校の保健室は2階にあります。