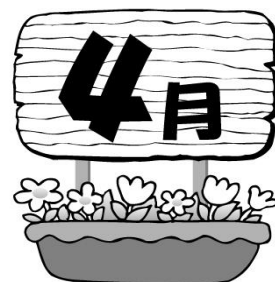




ほけんだより



入学・進級おめでとうございます。

2・3年生は新型コロナウイルス感染症の流行で、例年よりも長い春休みとなりましたが、みなさんどのような生活を送っていましたか？1年生はなにもかもが新しく、期待と不安で毎日が大変だと思います。あせらず・ゆっくり”慣れていってください。



今年度お世話になる
学校医の先生方です

★内科 三橋 彦也 先生

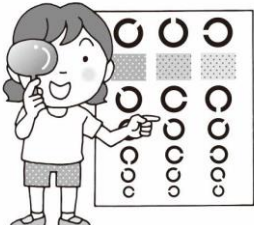
★歯科 清水 純子 先生

★薬剤師 佐藤 健一 先生



健康診断のお知らせ



| 検査内容 | 日時 | 対象学年 | 場所 | 注意事項 |
|------------------------|----------------------|--------------------------------|--|---|
| 内科検診 | 4月22日(水) 13:30~ | 1年生 | 大会議室 | <ul style="list-style-type: none"> 男子：上半身Tシャツ1枚 女子：上半身ワイシャツ1枚(ワイシャツの中にTシャツは着ないこと) ネクタイはしないこと 髪の毛の長い人はしばる |
| 身体測定 視力 聴力 色覚 | 4月17日(金) 5・6校時 | 全校生 (聴力は1・3年) (色覚は1年希望者) | 身長・体重：南体育館 視力：各教室 聴力：大会議室(1年) 学習室A・H(3年) 色覚：保健室・ カウンセリング室 | <ul style="list-style-type: none"> 眼鏡使用者は忘れずに持ってくる  |
| 尿検査 | 4月17日(金) ~朝のSHRまで | 全校生 | クラスの回収トレイに提出→保健室へ | <ul style="list-style-type: none"> 15日(水)に配布 |
| 心電図 結核検査 | 4月16日(木) 13:20~ | 1年生 | 検査バス 1棟1階西階段前集合 (大会議室：女子更衣用) | <ul style="list-style-type: none"> 半袖Tシャツ(無地)着用 Tシャツの上に上着をはおる(ネクタイはしないこと) 髪の毛の長い人はしばる |
| 歯科検診 | 4月24日(金) 13:30~ | | 保健室 | <ul style="list-style-type: none"> 昼食後、歯磨きをしたり口をすすいだりして口・歯をきれいにして検診を受ける |

健康診断をするのはなんのため？

- 発育・発達をチェックします
- 健康状態をチェックします
- 病気・異常の早期発見につなげます
- からだについて学習します

健康診断をきちんと受けるために

- 提出物は期日に提出しよう
- 校医さんの質問にはしっかり答えよう



保健調査票から
スタート。
自分のからだのこ
とを振り返ろう

治療勧告をもらったら
早く専門医に診てもらおう

未来の自分のためにできることは？



- ・好きなものを食べたい時にバクバク
- ・家でゲームばかり。運動はしないよ
- ・もっと痩せたい！ご飯はいらないよ

今は大丈夫。でも、こんな生活を
続けていると未来の自分は…

肥満になってしまった

貧血でフラフラする

少し動くだけでも体がだるい

未来の自分はどうなりたい？ 生活習慣を見直してみよう！

- ① 3食バランスよく食べる ② 早寝早起きを心がける ③ 適度な運動をする



はじめまして
養護教諭の
寺田 加奈・山本 夏緒 です

保健室は、いろいろな人が利用するところ。ルールを守って、気持ちよく活用してくださいね。

1年間よろしくお祈いします！

保健室には飲み薬は置いていません。飲み慣れた薬を持ち歩きましょう。また、保健室での飲食は禁止です。

～日本スポーツ振興センターの

災害給付金～

◆給付の条件

- ・学校管理下でのケガであること
- ・医療機関の窓口で支払った医療費の自己負担が1,500円以上であること
- ⑤センターでの手続きに時間がかかるため、申請してもすぐに給付金が受け取れるわけではありません。(2ヵ月程度の時間がかかります。)

給付を受けるには、医療機関に記入してもらう書類などが必要です。用紙は保健室にありますので、ご連絡ください。