

# 保健だより



NO. 1  
2014年 4月 7日  
船引中学校保健室




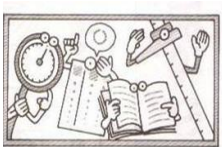







新学期を迎えて皆さんの気持ちの中にも「さあ、頑張ろう！」という決意や希望がわいてきていることでしょう。そんな新鮮な気持ちを忘れずに、この1年間、元気で健康な生活を送ってほしいと思います。

この「保健だより」では、保健行事のお知らせの他に、これから1年間皆さんが元気に過ごせるように、健康について一緒に考えていきたいと思いますので、よろしくお願いします。



## 保健室利用ガイド こんなときは遠慮なく来てください！

<p><b>●ケガをしたとき</b></p>  <p>■学校の中でケガをしたときに応急処置をします。『いつ』『どこで』『何をしていて』けがをしたかを教えてください。</p> <p>継続的な治療はできないので、昨日のケガの手当てはできません。</p>	<p><b>●からだの具合が悪いとき</b></p>  <p>■『どこが』『いつから』『どんなふうに』具合が悪いのか教えてください。内服薬はありませんので時間を決めて、休むことができます。よくなる場合はおうちの方に迎えに来てもらいます。</p>	<p><b>●からだについて知りたいとき</b></p>  <p>■身長計・体重計・座高計、視力計は、いつでも使えます。</p> <p>■健康に関する本や資料もあります。</p> 	<p><b>●相談したいことや悩みがあるとき</b></p>  <p>■いつでも来てください。</p> <p>■前もって日時を決めておくこともできます。</p> 
---	---	--	---

<p><b>ルールその①</b></p> <p>いろいろな人が利用する部屋ですから、入るときには必ず声をかけてください。</p> 	<p><b>ルールその②</b></p> <p>本や備品を無断で持ち出さないこと。使用したいときは、一声かけてください。</p> 	<p><b>ルールその③</b></p> <p>保健室を来室するときは、必ず、担任の先生や次の授業の先生に断ってから来ててください。</p> 
--	--	--

## ◎健康診断がはじまります！！◎

いろいろな検査を通して自分のからだの様子を知ることができます。この機会に健康に過ごすにはどうすればよいのかを考え、生活のリズムを整えましょう。


月	日	曜日	時間	内容	対象者	その他
4月	9	水	1・2校時	身体計測	2年生	●視力検査もします。 ✕ガネを忘れずに！
			3・4校時	身体計測	3年生	
	10	木	1・2校時	身体計測	1年生	
			13:30~	内科検診	3年生・かたそね・さくら	
	25	金	朝提出	尿検査	全学年	
30	水	13:00~	眼科検診	全学年	●前髪が目にかからないように。	
5月	9	金	朝提出	尿検査	未提出者、二次検査	●忘れないこと！
	13	火	8:40~	心電図検査	1年生	●受診録を配布します。
	20	火	13:30~	内科検診	1年1・2・3組	
	21	水	8:35~	歯科検診	3年1・2・3組	●歯磨きをていねいに！
			13:30~	内科検診	1年4・5・6組	
	22	木	8:15~	歯科検診	3年4・5組・かたそね・さくら	●歯磨きをていねいに！
	23	金	朝提出	尿検査	未提出者、二次検査	●忘れないこと
28	水	8:35~	歯科検診	1年1・2・3組	●歯磨きをていねいに！	
		13:30~	内科検診	2年生		
6月	6	金	8:35~	歯科検診	1年4・5・6組	●歯磨きをていねいに！
	12	木	8:15~	歯科検診	2年1・2・3組	
	13	金	8:15~	歯科検診	2年4・5・6組	

**今年度お世話になりました 学校医の先生**

- 内科 秋元 尚 先生  
清水 敬介 先生  
大久保 悟子 先生
- 眼科 大方 善次郎 先生
- 歯科 博多 俊文 先生  
西須 栄治 先生

**保護者の方へ**

本日配布いたしました提出物の確認をお願いいたします。新年度にあたり、健康診断や安全に関わる書類の記入・提出をお願いいたします。いずれもお子さまの学校生活を安全で意義のあるものにするために必要ですので、内容をご確認の上、期限までにご提出くださいますようお願いいたします。



**歯の健康を守るために…給食後の歯みがきを実施しています！**

給食後に歯みがきタイムがありますので、歯ブラシセットを準備しましょう。「笑ったときの白い歯がステキ！」と言われるように食後の歯みがきをしっかりとやりましょう。しっかりみがいて80歳になっても20本は自分の歯が保てるといいですね。

