

KINJO JUNIOR HIGH SCHOOL
ほけんだより 4月号

入学・進級おめでとうございます！！

新入生のみなさんはじめまして。保健室の木原といいます。在校生のみなさんは引き続きどうぞよろしくお願いします！！

さて、新しい友達や先生を迎えて、新年度がスタートしました。入学したての1年生だけでなく、新2年生、新3年生にとっても、ドキドキ・ワクワクの毎日ですね。

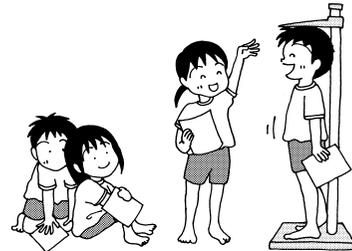
緊張から疲れも出やすい時期でもあります。体の変化に気をつけ、元気に過ごしましょう！また、4月から6月にかけては、各種健康診断があります。

みなさんの健康状態・成長状態を知るための大切なものです。

楽しい学校生活も元気な体があってこそ！！この機会にじっくり自分の体と向き合い、より健康的な生活をおくれるよう心がけましょう☆

4月の健康診断予定

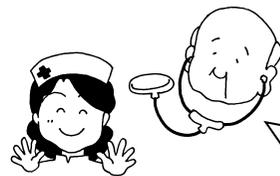
- | | |
|--------|----------------------------|
| 11日(木) | 身体測定・視力検査・聴力検査(聴力は1・3年生のみ) |
| 16日(火) | 尿1次検査
内科健診①(1・3年生) |
| 22日(月) | 心臓1次検査(1年生) |
| 25日(木) | 尿1次追検査(対象者のみ) |



※健康診断の前には、保健体育委員さんや先生からの説明や注意があります。きちんと話を聞いて、スムーズに健康診断が受けられるようにしましょう！

☆今年一年お世話になる学校医の先生方を紹介します☆

- ★内科・・・米澤先生
- ★歯科・・・森先生
- ★眼科・・・深森先生
- ★耳鼻科・・・高木先生
- ★薬剤師・・・寺井先生



耳鼻科の校医さんと、薬剤師さんと、新しく来てくださる先生です☆

健康診断のときには、自分の名前を言って、「お願いします」「ありがとうございました」と、はっきりと元気にあいさつしましょう○

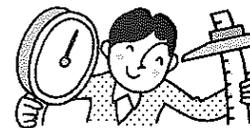
保健室の正しい使い方知っていますか??

～保健室でできること○・できないこと×クイズ～

保健室では、身長や体重をはかることができる。



休み時間にどうぞ。大切に取扱ってくださいね。



正解は...○

保健室には、健康に関する本や資料がたくさんある。



からだや健康について知りたいときに活用してください。



正解は...○

おなかが痛いとき、保健室に行けば薬がもらえる。



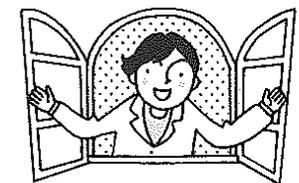
保健室は医療機関ではないので、内服薬(飲み薬)を出すことはできませんが、いっしょに原因を考え、少しでもよくなるようにアドバイスをします。

正解は...×

悩みや心配ごとがあるとき、相談することができます。



いつでも相談にのりますよ。



正解は...○

その他 保健室を使うときのルール

- 保健室へ入るとき・出るときはあいさつをしましょう。
- 来室するときには、担任の先生または授業の先生、保体委員に話してから来ましょう。
- 急用の場合以外は、休み時間や放課後を利用しましょう。
- いつから、どこが、どんな状態なのかを自分ではっきりと言いましょう。
- 保健室内では大きな声で話したり、暴れたりせず、静かにしましょう。

今年度も宜しくお願いします！

