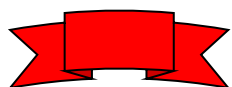


保健だより

平成31年4月11日発行 石田中学校保健室 上原



入学・進級おめでとうございます！

新しい学年、新しいクラス。これからの日々が楽しみでもあり、緊張や不安もいっぱい4月がスタートしました(^^) さあ、スタートラインはみんな一緒！転んだり、つまづいたりあると思うけど、立ち上がって！！頑張って行こう！

環境が変わると、自分が思っている以上に体は疲れているものです。リラックスする時間を作るようにしてね。

沢山の出会いがある、新学期、石田中の生徒みんながいいスタートを切れるといいな～。

4月の保健行事



- | | |
|---------------|---|
| 12日(金) | 身体測定・聴力検査 ※1・3年生は、体育着・ジャージ登校
※2年生は顔写真撮影があるため、制服登校後、体育着に着替える |
| 16日(火)～18日(木) | 尿検査(朝起きてすぐ、採尿すること) ※事情があり提出できない人は、
5/9・10に提出する。→事前に保健室に必ず連絡して下さい |
| 16日(火) | 視力検査(全学年) ※眼鏡、靴袋を忘れずに持参 |
| 25日(木) | 歯科健診(全学年) ※朝食後、必ず歯磨きをすること。 |
| 26日(金) | 心電図検査(1年) ※体育着・ジャージ登校 |

新学期疲れにならないために。。。意識して心と体をリフレッシュさせて♡



1年生の皆さん。保健室の上原です。
保健室には、身長、体重、血圧を計る器具や、健康に関する本がたくさんあります。ケガや具合の悪い時、体や心のことが知りたいなど、学校の中の「保健センター」として気軽に利用して下さいね。
みんなが気持ちよく保健室を利用できるように、ルールを守り、利用しやすい保健室にしていきたいと思います！

※裏面は、尿検査についての説明です