



進級・入学おめでとうございます。新しい環境で少しの不安と大きな期待に胸を膨らませていることでしょう。皆さんそれぞれ新たな学年に目標や希望を持っている事と思います。1日1日を大切に、心も体も健康で楽しい1年にしていきましょう☆また、健康診断も始まるので、感染症対策や生活リズムを整えるなど体調管理をしておいてください。

城北中学校のみなさん、はじめまして☆保健室の平良 悠^{たいら ゆう}です(o^v^o)ノ
みなさんの心と体が健康で、楽しく学校生活を送れるようサポートしていきますので、
どうぞよろしくお祈いします。体調面で相談したいこと、悩みや心配事があれば、いつでも
声をかけてくださいね月



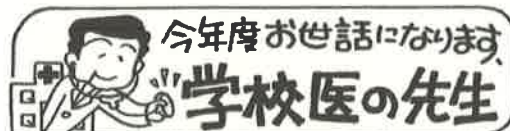
しかり刻とう・朝の生活リズム



一人ひとりが、保健室のルールを守って、正しく利用しましょう月

ほけんしつ の りょう の 保健室利用しかた

- ★保健室を利用するときは、担任の先生・教科の先生にきちんと伝え、『保健室利用カード』を必ず持ってくること。
- ★保健室での休養は、原則として1時間とします。
- ★保健室では、内服薬を使用することができません。
- ★先生が出張やお休みの時は、保健室を閉めます。
- *体調が悪い人、けがをした人は、担任の先生や教科の先生に相談してください。



学校三師の先生方には、本校のために検診や助言をさせていただきます。

学校医 金井 透 先生 (金井医院)
学校歯科医 能登原 敬 先生 (のとはら歯科)
学校薬剤師 知念 邦之 先生 (パンダ薬局)

*健康診断や環境衛生検査でお世話になるので、覚えておいてくださいね。

※裏面は4月の健康診断の日程表になっているので、確認してください。

健康診断が始まります☆

4月の予定

健康診断の日は、休まないように
体調には気をつけて過ごしましょう。



月日	検査項目	対象学年	場所・時間	注意事項
4/15 (木) 4/16 (金)	尿検査	全学年	【提出場所】保健室 ☆1校時の休み時間 までに提出する	<ul style="list-style-type: none"> 起床直後の尿をとる。 5時間以内に検査をしないと結果が正確にでないので、必ず1校時の休み時間までに提出する。
4/20 (火)	身体測定 聴力検査	全学年 ※2年生は、 聴力検査なし	【時間】1～2校時 【場所】 身体測定：地域連携室 聴力検査：被服室（女子） 音楽室（男子）	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>ジャージ登校</u> ・3年生⇒2年生⇒1年生の順番で行います。
4/23 (金)	視力検査	全学年	【時間】1～4校時 【場所】地域連携室	<ul style="list-style-type: none"> ・めがねをかけている人は、忘れずに持ってくること。
	心電図検査	1年生	【時間】1校時～ 【場所】保健室	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>ジャージ登校（1年生）</u> ・1組からスタートします。
4/27 (火)	歯科検診	3年生 2-1・2-2	【場所】保健室	<ul style="list-style-type: none"> ・むし歯と間違われられないために、登校前に歯をみがいてくること。
4/28 (水) ※普通日課		1年生 2-3・2-4	【時間】1～3校時	

☆保健関係書類提出のお願い☆

【提出する書類】

- ① 保健調査票（全学年）
- ② 心臓検診調査票（1年生）

【提出期限】

4月16日（金）

※期限内で提出していただきますよう、ご協力よろしくお願ひします。

●保健調査票は
あなたのからだの
大切な手がかりです



●保健調査票は
おうちの人と一緒に
正確に記入しましょう



健康診断日のお得情報

- 1 保健調査票はきちんと書いたほうがお得！
短い時間で疾病の可能性や異常をスクリーニングします。調査票に記入してあることは特に注意してもらえてお得。
- 2 校医さんへのあいさつでお得
校医さんは次々と大勢の検診を進めます。うるさかったりするとさすがの校医さんも集中力がなくなります。静かな環境と気持ちのいいあいさつで、最後まで正確にってもらえてお得。
- 3 早い治療でお得
歯や目、耳、鼻、運動器などの疾病は、早く治療を始めれば「治療期間が短い」「治療費も安い」のでお得。

