

ひまわり

入学・進級おめでとうございます!!!

桜の花が開き始めた今日、丸内中学校の新しい1年がスタートしました。新しい教室、新しい友達、新しい先生・・・まだまだ緊張の日々かもしれません。

みなさんが向日葵の花のように、たくさんの光を浴びて、まっすぐすくすく育ちますようにという願いを込め、保健室からのおたより「ひまわり」を発行していきます。

1年間どうぞ、よろしくお祈りします！

4月の保健行事

- 11日(木) 歯科検診 1年・2-1
- 12日(金) 歯科検診 3年・2-2、2-3
- 15日(月) 身体計測 全学年
- 18日(月) 心臓検診 1年 検査センター
- 22日(月) 内科検診 3年 岡本 学校医
- 23日(火) 内科検診 2年 岡本 学校医

※1年生の内科検診は5月22日新谷 学校医です

にしでまさこ
保健室の西出雅子です。
けがや病気、相談など必要な
ときには遠慮せずに活用して
くださいね！



保健室を利用するときは...

皆が利用するところだから マナーを守ってね

休養している人のことも考えて 静かに利用してください

X 思いごとがあるときは 保健室で話してみませんか?

担任の先生や 学年の先生に ことわってから 来てください

保健室にあるものは 声をかけてから使ってください

本や資料を見たら 元の場所へ きちんと戻してください

出血しているときは 傷口をハンカチなどで 包んでおさえてきてください

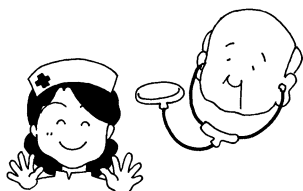
X 出血しているときは 傷口をハンカチなどで 包んでおさえてきてください

自分の血は自分で始末しよう

X 出血しているときは 傷口をハンカチなどで 包んでおさえてきてください

自分の血は自分で始末しよう

お世話になる先生方です



健康診断で お世話になります！

- | | |
|-----|----------|
| 内科 | 新谷 博元 先生 |
| | 岡本 紀太郎先生 |
| 歯科 | 濱坂 純一 先生 |
| 耳鼻科 | 堀口 章子 先生 |
| | 中島 正志 先生 |
| 眼科 | 濱岡 祥子 先生 |
| | 正木 利憲 先生 |
| 薬剤師 | 竹森 幸弘 先生 |

< 4月の保健目標 >

・健康診断を正しく受けよう ・生活リズムを整えよう



健康診断が始まります!!

今年度の健康診断が始まります。15日(月)は身体計測(身長・体重・視力・聴力)です。自分の体の成長や、状態を知るチャンス!!

去年と比べて変わったところはどんなところかな? 結果を見て確認してみましょう。

他にも、多くの校医検診があります。

注意事項を守って検診を受け、何か心配なことがみつかったときには早めに医療機関を受診するようにしましょう。



生活リズムを整えよう

私たちの体には、体内時計がセットされています。毎日、朝日を浴びることや、朝食を食べることで、24時間の規則正しい生活リズムが刻まれていきます。

寝る時間、起きる時間、家での学習時間、リラックスする時間など、生活リズムをしっかり身につけ、元気に学校生活をおくりましょう。

< 保護者の皆様へ >

・日本スポーツ振興センターでの災害給付制度について

学校管理下でのけがなどに対して医療費の給付が受けられる制度で、全校生徒に加入をお願いしています。入学時に「同意書」を提出して頂くことで、3年間の加入が認められます。1年間の保護者の負担金は**460円**で、**7月の学年の会計から集金させていただきます**ので、よろしくお願ひします。なお、該当するけが等がありましたら、**学級担任、または部活顧問までお申し出ください。**

・学校感染症について(出席停止の扱い)

インフルエンザ・麻疹・風疹・流行性耳下腺炎、溶連菌感染症、水痘などの感染症にかかった場合は、「欠席」ではなく「出席停止」になります。すみやかに学校まで連絡をお願いします。所定の用紙をお渡しますので、ご家庭で記入をし、担任へご提出ください。

・保健室での薬品等の取扱いについて

保健室は病院ではありません。お子様が体調を崩されたり、けがをされたりした際に、自宅へ帰るまでの**応急処置や保健指導を行う場**です。

けがをした初日や、経過が気になる場合はこちらで状態を確認し、経過観察を行います。内服薬や医薬品(湿布も含む)はお渡しできませんし、準備もございません。ご理解とご協力のほど、よろしくお願ひいたします。