

# ひまわり

祝・入学号

## 入学・進級おめでとうございます!!!

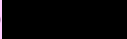
丸内中学校の新しい1年がスタートしました。新しい教室、新しい友達、新しい先生・・・しばらくは緊張の日々かもしれませんね。

みなさんが向日葵ひまわりの花のように、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。どうぞ、よろしく願います。

### 4月の保健行事

- 7日(火) 身体計測 全学年 (3年から開始)
- 13日(月) 歯科検診 3年・2-3
- 14日(火) 歯科検診 2-2、2-1、欠席者・1年
- 22日(水) 内科検診・結核検診 1年
- 23日(木) 内科検診・結核検診 2年
- 24日(金) 心臓検診 1年 検査センター
- 28日(火) 内科検診・結核検診 3年

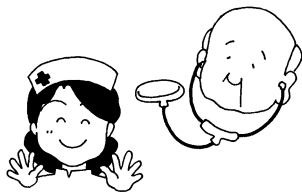
養護教諭の  です。  
 けがや病気、相談など困ったときには遠慮せずに声を掛けてくださいね!



## 保健室を利用するときは…

<p>できる限り、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</p> <p>〇〇はどこ行った?</p> <p>?? 保健室かな?</p>	<p>保健室にあるものは声をかけてから使ってください</p> <p>背、はかしていいですか?</p>	<p>皆が利用するところだからマナーも守ってね</p> <p>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</p> <p>×</p> <p>あい しゃ わいわい</p> <p>お眠れん...</p>
<p>出血しているときは傷口をハンカチなどでおさえてきてください</p> <p>×</p> <p>うわっ 血だ!</p> <p>自分の血は自分で始末しよう</p>	<p>本や資料を見たら元の場所へきちんと戻してください</p> <p>ありがとうございます</p>	<p>悩みごとがあるときは保健室で話してみませんか?</p> <p>どうしたの?</p> <p>おいぞ おいぞ</p>

## お世話になる先生方です



健康診断等でお世話になります!



## <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



### 健康診断の 前日の約束

健康診断の前日は、  
お風呂に入って からだを清潔にしておき  
ましょう。目的に合わせて耳をそうじしたり  
歯みがきをていねいにしたり... つめも  
きちんと切っておきましょう。  
そして体調を整えるために  
早く寝るようにしましょう。

☆ ☆



## 健康診断が始まります!!

今年度の健康診断が始まります。7日(火)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、朝食をとることで、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」を提出していただくことで、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、4月の学年の会計にて集金させていただきますので、ご了承ください。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。(地域スポーツの活動中のけがは対象外となります)

### ・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。小松市 HP から DL できます。

### ・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、よろしくお願いいたします。