

ほけんだより

No. 1
R5. 4. 11
朝日町保小中一貫教育校
朝日町立朝日中学校

入学・進級おめでとうございます。
ほけんだよりを通して、保健関係の行事や検診の結果、心と体の健康情報等についてお知らせします。1年間、よろしくお願いします。

健康診断について

☆健康診断の目的

- ・体がどのように、どれくらい成長したかを調べる。
- ・体に異常や病気がないかどうかを調べ、早期治療につなげる。

☆健康診断の日程

	1年	2年	3年
内科検診（大井先生）	4月20日（木）	6月1日（木）	4月13日（木）
眼科検診（渡辺先生）	4月12日（水）		
耳鼻科検診（山本先生）	5月1日（月）	4月26日（水）	5月1日（月）
尿検査 ※外部の検査機関に提出しています。 忘れず持ってきてきましょう。	5月16日（火） 予備日：5月17日（水） 2次検査日：5月30日（火）		
心臓検診	4月27日（木）		
側わん症検診（関先生）	6月14日（水）		

※ 歯科検診の日程はまだ決まっていません。決まり次第お知らせします。

2学期実施予定

- ・貧血検査（1～3年）、血中脂質検査（1年）・・・希望者
- ・色覚検査（1年）・・・希望者

給食後の歯みがきについて

今年度、給食後～清掃までの時間を5分間延長し、みなさんがしっかり歯みがきができるように校時運行を変更する予定です。給食後は学年で指定された場所で丁寧に歯をみがきましょう。感染不安のある人もいますが、換気や歯みがき前後の手洗い、一方向を向いてみがく、口を閉じてみがくなど、一人一人が気を付けながら安心して歯みがきができる環境をみんなでつくりましょう。

マスクの着用について

3月17日、文科省より「4月1日以降、学校教育活動の実施に当たっては、マスクの着用を求めないことを基本とする」という通知が出ました。学校では、マスクの着用については個人の判断としています。また、換気や手指衛生等の感染症対策については引き続き行っていきます。



保 健 室 を 利 用 す る と き の 約 束

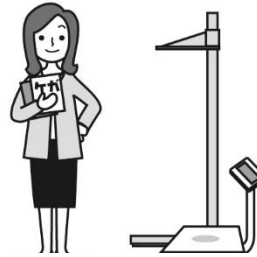
※保健室には内服薬を置いていません。また、保健室でできるのは応急処置までです。(治療については医療機関を受診してください。)



担任や教科の先生に
ことわってから来て
ください。
(緊急時を除く)



いつ、どこが、
どうして、どんな
具合なのか、
具体的に話して
ください。



保健室にあるもの
(身長計や本等)
を使うときは、一声
かけてください。



具合の悪い人が寝
ていることもある
ので、保健室では静
かにしてください。

緊急時(倒れている、大けがをしているなど)は、すぐに近くの先生や職員に知らせてください。

生活のリズムを整えましょう

新しい生活が始まり、期待と不安を抱え、緊張した毎日を過ごしている人もいます。体と心の疲れをとるためには身近なことから見直してみることが大切です。夜はしっかり眠れていますか?食事はしっかり味わって食べることができていますか?「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、生活のリズムを整えましょう。

