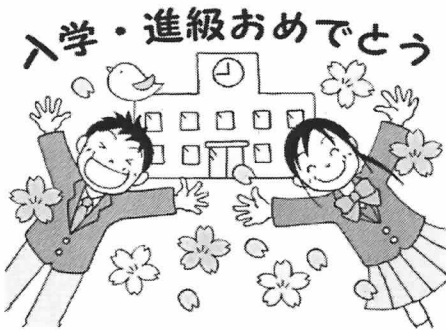


すこやか No.1

平成30年4月10日(火)
輪之内中学校 保健だより



92名の新生を迎え、「さわやかさと活力」ある輪之内中学校の新しい1年がスタートしました。楽しい学校生活を送るためには、健康であることが一番大切です。今年度も生活習慣に気を付け、いつでも健康でいられるようにしましょう。

「すこやか」では、みなさんが健康に過ごすための保健に関する情報を発信していきます。「こんなことが知りたい!」といったリクエストがあれば、是非教えてください。

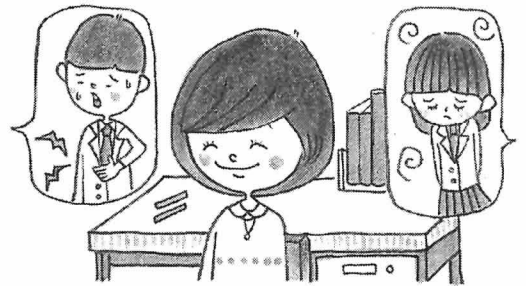
保健室を利用するときは

保健室は、みんなが元気になれる場所にしていきたいと思えます。そのためにはみなさんの協力が必要です。ルールを守って利用してください。

<保健室のルール>

- * 来室するときは、担任の先生や教科の先生に報告し、「来室カード」を記入してもらう。
- * 休んでいる人がいるときは静かにする。
- * 保健室にあるものを無断で使用しない。
- * 時計を見て時間を守って行動する。

養護教諭の ^{みわ ももこ} 三輪桃子 です。



体調不良やけが、悩みごとなどがあるときは、遠慮なく保健室へ来てください。

保護者の皆様へ ～朝の健康観察について～

お子様のご入学、ご進級おめでとうございます。お子様が健康で安全に学校生活を送ることができるよう支えていきたいと思えます。健康面で何か心配なことがありましたら、遠慮なくご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

学校では、毎朝の健康観察で生徒の健康状態の把握に努めていますが、ご家庭での健康観察も非常に重要です。心も体もまだまだ成長途中の中学生ですので、無理をしてしまうこともあります。お忙しい時間帯かと思いますが、登校前に必ずお子様の様子のチェックをお願いいたします。

また、欠席等の連絡の際には、「どんな症状が」「いつから」「受診の有無や予定」なども合わせてお知らせください。

主なチェックポイント

- 熱はないか。
- 朝ごはんをきちんと食べたか。
- 便は出たか。
- 頭痛、腹痛などはないか。
- だるそうにしていないか。
- その他、普段と様子が違うところはないか。

健康診断が始まります!!



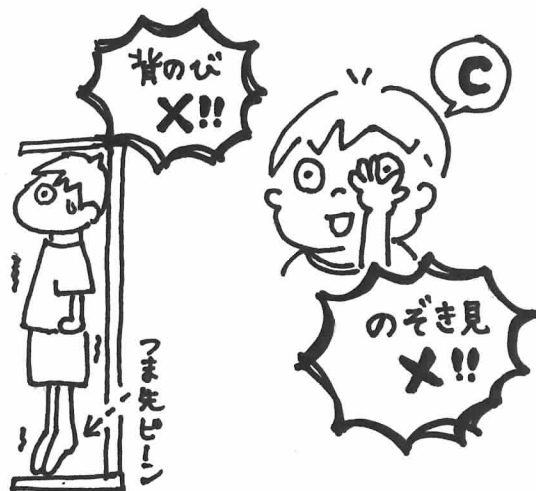
★4月の予定★

- 11日(水): 身体測定<身長、体重、視力、聴力(1・3年のみ)>
- 13日(金): 耳鼻科検診(2年生)
- 17日(火): 尿検査①
- 18日(水): 内科検診(1年生)
- 26日(木): 尿検査②

4月11日(水)身体測定 3年: 2校時 2年: 3校時 1年: 4校時

中学生のみなさんはまだまだ成長期。
しかし、成長には個人差があります。結果は
あまり気にせずに、いつも通り測定や
検査を受けましょう。

視力検査はB以下の人にお知らせを渡し
ます。用紙をもらった人は早めに受診を
しましょう。




⚠️注意すること⚠️




検診までに
よーく読んでね!!

① 中体で行います。教室で体操服に着替えてきてください。革化下も脱いでくる。

写真を撮るので制服の上を持ってくること!  リボンもね!

② めがねをもっている人は絶対に忘れない!!  コンタクトをしている人は、
測定前に自分から「コンタクトです」と測定して下さる先生に言いましょう。

③ 会場がうるさいと正しく測定できません。私語は絶対にしない! 

④ 時間内に全ての測定が終わるようにテキパキと行動しましょう。 

⑤ お世話になる先生方に「お願いします」、「ありがとうございました」と
全員で気持ちのよいあいさつをしましょう。 