

# ほんだより4月

新しく入学された皆さんを迎え、心も新たに新年度が始まります。

この時期は、新しい出会い、新たに始まる学校生活など心も弾みますが、その反面生活環境が変わって、心身ともに疲れがでる時期でもあります。

「毎日ドキドキする」「学校に行きたくないなあ」と思っている人もいないのでしょうか。

しかし、今のこの経験は「将来を少し楽にするための練習」なのかもしれません。

保健室は、そんな皆さんが元気に学校生活を送れるように、見守っていききたいと思います。

## 保健室の利用の仕方

みんなの保健室です。ルールやマナーを守って利用してください。

### ○ ケガの応急処置

すり傷や切り傷はまず、流水で砂など落とすなど、自分で出来ることは自分で処置をしてから、保健室にきてください。

### × 継続的な手当て

応急処置後の治療は医療機関にてしてください。



### ○ 一時的な休養

1時間位の休養をしても、体調が良くならない時は、家庭に連絡し早退や医療機関で受診するようになります。  
※内服薬は各自持参するようしてください。

### ○ 健康相談

保健室でも行いますが、本校にはスクールカウンセラーの先生がいます。  
相談したいことがあるときは、保健室でも受け付けします。



健康診断が始まります。

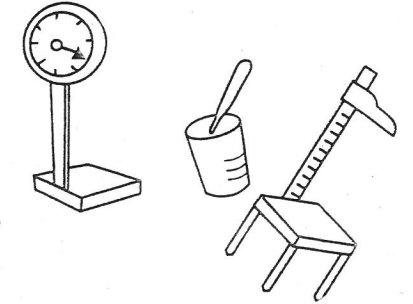
4月～6月は定期健康診断があります。皆さん必ず受けるようにしましょう。

健康診断は法令で定められた行事です。

「学校保健安全法」第13条では「学校においては、毎学年定期に児童生徒の健康診断を行わなければならない」と規定されています。

## 健康診断が大切な理由

- ① 体の発育発達の様子や健康状態を調べる。
- ② 病気や異状を早期に発見し、早期に治療ができるようにする。
- ③ 体のつくりに関心を持ち健康教育につなげる。



## 4月の保健行事

日時	検診内容	対象者	時間	場所
4・11 (木)	身体測定	全生徒	昼間主 10:20～12:00 夜間主 17:35～18:00	教室・会議室
4・17 (水)	心電図・結核検診	新入生	昼間主 13:00～ 夜間主 17:30～	会議室
4・17 (水)	尿検査	全生徒	昼間主 11:10 まで 夜間主 17:30 まで	保健室前
4・18 (木)	尿検査	前回未提出者	後日連絡します。	保健室前
4・25 (木)	内科検診	全生徒	昼間主 12:45～ 夜間主 17:30～	会議室

### ◎ スポーツ振興センターについて

学校管理下(授業中・登下校時・部活中など)でケガをして医療機関にて治療を受けた時は、保健室に連絡してください。

スタートが肝心です。

## ♪リズムのまる生活しよう♪



朝



毎朝、決まった時間に起きて、朝食をしっかりとうろ



昼



楽しい学校生活 勉強やスポーツに取り組もう



夜

夜はお風呂に入って、決まった時間に早めに寝よう



これから1年間  
よろしくお願  
いします♪

### 保健室を利用した時

保健室を利用した場合、利用カードを退室時に渡しますので、授業中の時は授業担当の先生に渡してください。