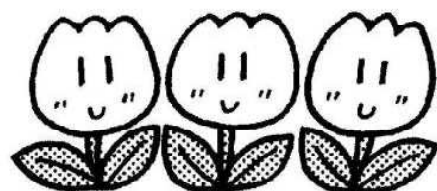


保健だより



H24. 4. 9 物部中学校 保健室 (No.1)

入学・進級おめでとうございます

いよいよ新年度が始まりました。学校の中もフレッシュな空気です。これからの1年間には、いろいろなことがあると思いますが、疲れた時、辛い時には、今の新鮮な気持ちを思い出してください。きっと元気が出ますよ。

みなさんが元気な学校生活を送れるようお手伝いする、養護教諭の水沼絵美です。1年間よろしくお願いします。

保健室の使い方・・・

みんなの保健室 機能と役割を正しく理解して。。。!!
☆ルルマナロを守って利用してください!!



※病気やけがで来室した時は、「いつ」「どこで」「どういうふうにして」「どうなった」とわかりやすく話してください。

※保健室には、トイレットペーパー・クレンザー等が置いてありますが、無断では持ち出さず、必ず先生の許可を得てください。

保健室はけがをした時や体の調子が悪い時だけでなく、身体や健康についての質問や相談をするところです。「自分の健康は自分でつくる」ができるよう一緒に考え、勉強していきたいと思っています。何となく悲しい気分の時、誰かに話を聞いてもらいたい時・・・など、気軽に話をしにきてください。うれしい話、楽しい話をたくさん聞かせてください。

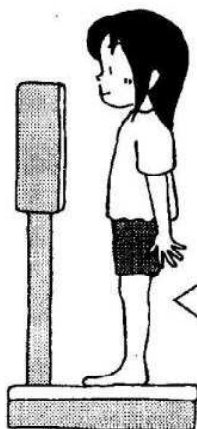
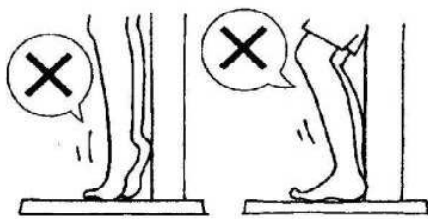
健康診断がはじまります

4月10日に身体計測・4月26日には歯科検診があります。身体計測はバランス良く成長しているかを見るために行われます。友だちの結果と比べるのではなく、自分の結果をみて、前回よりどのくらい成長したかを見てください。視力検査・聴力検査(1・3年のみ)で再検査をする人は後日連絡します。歯科検診では口の中の健康状態をみていただきます。治療の必要だといわれた生徒はすみやかに歯科を受診するようにしましょう。

〈身体計測〉



どのくらい大きくなったかな？！
背中・おしり・かかとがきちんと柱にくっつくようにします。肩の力をぬいて、腕はまっすぐ下にします。背伸びをしたり、膝を曲げてはいけません。



乗り降りには静かにしましょう。体重計の上であばれてはいけません。



裸眼視力を測定します。
(コンタクトレンズ使用者は装着のまま測定しますので、担当の先生に伝えてください。・メガネ使用者は当日裸眼視力のあと測定しますので忘れずに持ってきてください)



聴力検査は1・3年生が対象です。
検査の前日には、耳の掃除をしてきてください。音の検査になるので、待ってる人は静かに待ちましょう。

保健関係書類の記入と提出のお願い

1. 保健調査票 (4月19日までに提出)
2. 結核に関する周診票 保護者印をお願いします。 (4月19日までに提出)
3. 保健連絡カード (緊急時など使用しますので、できるだけ早めをお願いします。)
4. 心臓病調査票(1年生のみ) 身長と体重は学校で記入しますので、空欄のままにしてください！
5. スポーツ振興センター同意書 (後日記布します) (4月16日までに提出)

【今年お世話になる学校医の先生方です】

| | | | |
|-------|---------|--------|---------|
| 学校医 | 伊藤譲治 先生 | 真岡市高田 | 75-0100 |
| 学校歯科医 | 芳賀英光 先生 | 真岡市久下田 | 74-4180 |
| 学校薬剤師 | 町田公一 先生 | 真岡市久下田 | 74-0161 |