

新年度がスタートしましたね。新しい学年、教室、先生…。たくさんの「新しい」に出会うみなさんはわくわくドキドキ、心が忙しい毎日ではないでしょうか？早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。保健室からも、みなさんのことを応援しています。

今月の保健安全目標

- 【保健】・授業中正しい姿勢を心がけよう
- 【安全】・ルールを守って安全な登下校をしよう
- ・自転車ルール・マナーを守ろう



感染症対策をお願いします

毎朝、体温を測り、体調の確認をしましょう

健康状態の確認を行います。毎朝、家で必ず体温を測り、健康観察カードに記入して提出してください。少しでも体調に不安がある場合には、無理をして登校せず、自宅ゆっくり休むようにしてください。この場合には、欠席ではなく、「出席停止」扱いとなりますので、学校まで連絡をお願いします。

なお、登校後、体調が悪くなった場合には、ご家庭に連絡し、お迎えに来ていただくこととなりますので予めご了承ください。

健康状態をチェックしてみましょう！

- 熱はありませんか
- 咳やのどの痛み、息苦しさなどはありませんか。
- からだのだるさはありませんか。
- 鼻水・鼻づまりはありませんか。
- 腹痛や下痢はありませんか。
- 食欲はありますか。

今月の保健安全行事

- 4月6日（火）・交通安全指導
- 7日（水）・交通安全指導
- 9日（金）・身体測定、視力検査【2年・3年】
- 12日（月）・身長測定、視力検査、聴力検査【1年】
- 14日（水）・尿検査【全学年】
- 15日（木）・避難訓練【全学年】
- 20日（火）・心臓病健診【1年生】
- 21日（水）・交通安全指導

※身体測定は、半袖体操服、ハーフパンツで行います。
※視力測定では、眼鏡等を使っている人は使用して検査します

※学校生活では「保健調査票」「緊急連絡カード」「緊急時引き渡しカード」を生徒一人ひとりの健康管理・安全管理に役立てています。記入・確認をして12日（月）までに提出をお願いいたします。
※健康診断の前日は疲れを十分とるため、なるべく早く寝るように心がけ、正しく検査が受けられるようにしましょう。

健康診断の目的は…？

- その1 自分の成長や健康状態を知る
- その2 病気の疑いがないかを調べる
- その3 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう！

はじめまして！
保健室って
こんなところ
です

こんにちは。養護教諭の
きたむらともこ
北村 智子です。

みなさんが心も体も健康で過ごせるようにサポートしていきます。一年間よろしくお願いします。

だれが使う？

だれでも
使える場所です

ただ、ケガ・体調の具合によって、順番通りに対応できないときがあります。思いやりの心で協力をお願いします！



いつ使う？

こんなときは
来てください



○授業中に利用するときは、教科の先生に「保健室利用カード」を記入してもらいましょう

どうやって使う？

守ってほしい
ルールがあります



