

入学、進級、おめでとうございます。4月は出会いの季節です。新しい友だち、先生。そして新しい自分。たくさんの出会いを大切にしながら、少しずつ新しい環境にも慣れていきましょう。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】・自分のからだを知り、健康目標を立てよう
- 【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

今月の保健安全行事

- 4月 6日（水）・交通安全指導
- 11日（月）・身体測定、視力検査【2年・3年】・聴力検査【3年】
- 12日（火）・身体測定、視力検査、聴力検査【1年】
- 14日（木）・尿検査【全学年】
 - ・避難訓練【全学年】
- 20日（水）・交通安全指導
- 22日（金）・心臓病健診【1年生】

※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13日（水）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。

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

健康診断の目的は…?

- その❁ 自分の成長や健康状態を知る
- その❁ 病気の疑いがないかを調べる
- その❁ 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!

○ からだの相談・質問

これから健康診断が始まります。相談や心配事、質問は前もって担任の先生や保健室に教えてください。



◎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、自宅で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。

(必ず連絡がとれる番号を緊急連絡カードにご記入ください。)

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。

こんなとき

保健室にきてください!



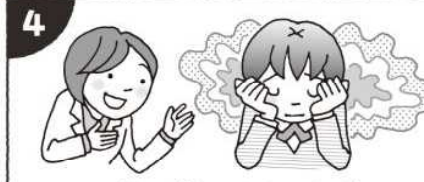
ケガをしたとき



具合が悪いとき



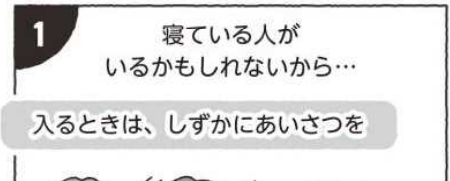
自分のからだについて知りたいことがあるとき



悩みがあるとき…など

保健室では

マナーを守りましょう!



寝ている人がいるかもしれないから…



入るときは、しずかにあいさつを



大きな声を出さないで



なるべく少人数で

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