

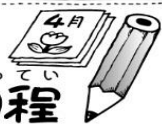
# 保健だより



令和2年4月8日  
熊谷市立大幡中学校  
保健室  
新入生特別号

1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。心も身体も健康で充実した中学校生活が送れるように、サポートしていきます。「保健だより」は保健関係の大切なことが書いてあります。保護者の方と一緒に確認をしてくださいね。

## 令和2年度 定期健康診断日程



- 4月14日(火) 身体測定
- 16日(木) 内科検診(1年女子)
- 20日(月) 眼科検診(1年、2・3年  
該当者)
- 22日(水) 内科検診(1年男子)

※新型コロナウイルスにより、日程が変更になる可能性があります。

※健康診断は5月以降も続きます。

※予定されていた4月13日(月)心臓検診、  
4月24日(金)耳鼻科検診、4月30日  
(木)は延期となりました。日程が決まりましたらお知らせします。

健康診断は身体の勉強です。どれだけ成長したか、身体の働きはどうか等を知るために、様々な検診や測定をします。健康で安全な毎日を過ごすための手がかりにしましょう。

## 今年度お世話になる学校医の先生です



- 内科：君島 光行 先生
- 歯科：平井 友久 先生
- 眼科：池田ふじ代 先生
- 耳鼻科：酒巻 牧子 先生
- 薬剤師：石黒 直樹 先生



## 13日(月)提出です

### ①保健調査票

記入例と一緒に配布します。もれのないように、中1の欄全てに記入してください。緊急連絡先に変更がある場合には訂正してください。2ページ目に押印を忘れずにしてください。

### ②学校心臓検診調査票

記入もれのないようにお願いします。

## 朝ごはんをしっかりと食べよう！

朝食は1日のエネルギー源です。食べないと授業に集中出来なかったり、気持ちが悪くなってしまうことがあります。早寝・早起きをして、朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう！



### ☆朝ごはんの効果

- 脳の働きを活発にし、集中力や記憶力が高まる
- 体温が上昇し、代謝が高まる
- 太りにくい身体をつくる
- 便秘解消
- 疲労感が少ない

なかの りょうこ

養護教諭の中野涼子です。今年度もよろしくお祈いします。

保健室は、学校の健康センターです。けがや体調不良の時、心や身体についての不安や悩みがある時、どんな時でも力になります。気軽に声をかけてくださいね。

### <保健室利用の約束>

- ①休み時間に入室する場合、授業に遅れそうなときは、授業の先生または保健委員に伝えてから入室しましょう。やむを得ず授業中に入室する場合は、授業担当の先生に許可を得て入室しましょう。
- ②学校でのその日のけがや病気について処置や対応をします。継続的な処置は行いません。
- ③内服薬はあげられません。
- ④体調を崩したときは、回復の見込みがある場合、1時間休養して様子を見ます。症状が回復しない場合は、保護者の方へ連絡をし、早退となります。(症状により、お迎えをお願いすることもあります。)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は体調が悪い場合、すぐに早退の対応となります。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

