


保健だより



令和3年4月8日
熊谷市立大幡中学校
保健室

1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2、3年生の皆さん、進級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。

ねんど
令和3年度
ていきけんこうしんだんについで
定期健康診断日程



- 4月12日(月)身体測定、視力、聴力
- 13日(火)内科検診(1年男子)
- 15日(木)歯科健診(全校生徒)
- 19日(月)眼科検診(1年、2・3年該当者)
- 20日(火)心臓検診(1年、2・3年該当者)
- 22日(木)内科検診(1年女子)
尿検査一次
- 23日(金)耳鼻科検診(1年、2・3年該当者)
尿検査一次
- 30日(金)心臓検診予備日(該当者)

※新型コロナウイルス感染症により、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。

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。体調を整え、休まず受けられるようにしましょう。

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：橋本 礼子 先生



12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

③宿泊学習事前保健調査

④新型コロナウイルス感染症に係る健康観察票(検温をして毎朝提出)

朝ごはんをしっかり食べよう！

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

養護教諭の中野です。よろしくお願ひします。

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休み時間に来室する場合、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来室しましょう。やむを得ず授業中に来室する場合は、授業担当の先生に許可を得て来室しましょう。
- 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、今年度も体調が悪い場合、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。

