

ほけんだより



令和2年4月7日
旭丘中学校 保健室

©少年写真新聞社2019

新学期がスタートしました。環境の変化に加え、4月は行事も多くて気づかないうちに緊張し、疲れがたまることがあります。

新しい生活に慣れるには、生活のリズムを整えることです。
あせらず、徐々に、自分のペースをみつけていってください。

新学期です!! 健康診断がスタートします

みなさんが元気に学校生活を送れるよう、右の表のとおり健康診断を行います。
提出物がいっぱいあります。忘れものないようにプリント類をよく読みましょう。



保護者の皆様へ (お願い)

保健関係の提出物よろしくお願ひします。

◎保健調査票(白色)・結核問診票(黄色)

〈全校生〉…◎各項目をご記入後、保護者④を押して再び担任に提出して下さい。

変更はありませんか? 保健調査票の緊急連絡先は必ず、ご記入ください。変更された場合には、担任にも必ずお伝えください。お子様が学校で体調が悪くなった時、けが発生時の連絡に使用しますので、よろしくお願ひいたします。

緊急連絡先について再度確認を

※保健調査票の緊急の連絡先は、お子様の体調が悪くなった時やけが発生時に使用するのですが、時々、電話が繋がらない場合があります。さまざまなお都合があたりだとは思いますが、緊急時に確実に繋がる電話をご記入いただきたいと思います。病院受診の際も保護者様の同伴がなければ受診できない病院が増えています。けがの際には、保護者様の付き添いで病院を受診していただく事になっています。新年度、再度確認の上ご記入をお願いします。



明日は身体・視力測定です

1時間目7年生、4時間目8年生、5時間目9年生になっています。

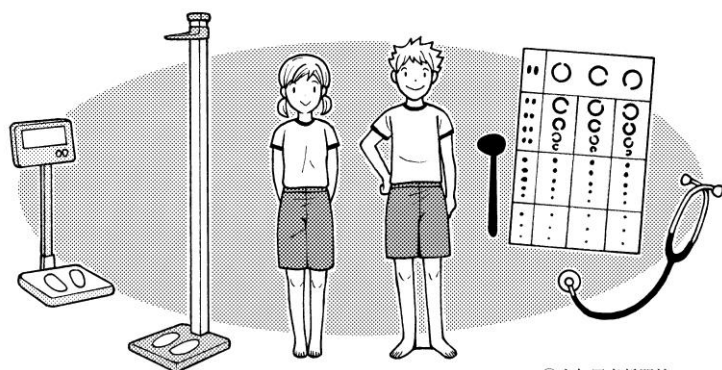
身長、体重を計測して、バランスよく成長しているか? また、学習に適した視力が確保されているかをどうか調べます。身長を測るときはあごを引き、よい姿勢で行うようにしましょう。メガネ、コンタクトは装着した状態で測定します。準備をしておきましょう。

体操服が必要になります!! 忘れないようにしましょう。

平成31年度 定期健康診断日程表

旭丘中 保健室

日	曜	4月の行事	日	曜	5月の行事	日	曜	6月の行事
8	水	身体・視力(全校)	1	金	脊柱検診(7年)	3	水	尿検査 最終
10	金	聴力検査(7・9年)	11	月	耳鼻科検診(7年)	11	木	尿最終
21	火	尿検査1次(全校)	12	火	尿検査2次			
22	水	尿検査1次 予備	13	水	尿検査2次 予備			
27	月	眼科検診(7年)	20	水	色覚検査(7年)			
28	火	心電図検診(7年)	21	木	内科検診(7年)			



©少年写真新聞社2019

～健康診断を受ける心得～

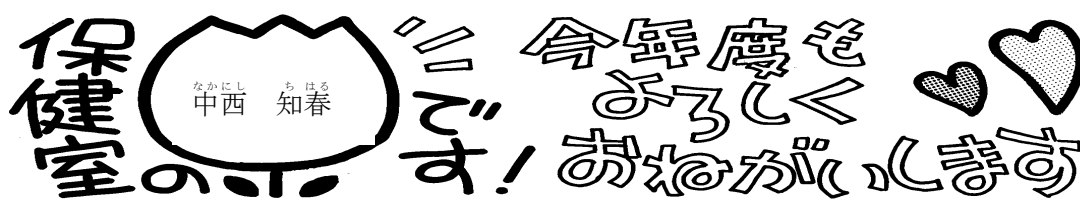
健康診断は、皆さんの身体の成長と健康を確認するための大切な行事です。スムーズにそして安心して受けることができるように皆で協力して行いましょう。事前説明をよく聞き、私語をなくし、前の人とは間隔を保つことを心がけましょう。

本年度 学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方

～ 本年度も 引き続きお世話になります～

◎学校医…井岡 先生 ◎学校歯科医…大橋 先生 ◎眼科医…小林 先生

◎耳鼻科医…平出 先生 ◎学校薬剤師…藤原 先生



感染症対策ポイント～お願い～

新型コロナウイルスへの基本的な対応といたしまして、毎日の健康チェックを念入りをお願いいたします。

- ① 検温・風症状のチェック(普段と違う様子がないか)
- ② 石鹸でのしっかり手洗い(手首までしっかり洗う・清潔なハンカチを利用)・咳エチケットの徹底
- ③ 抵抗力を高める(十分な睡眠、適度な運動、バランスの取れた食事を心がける)

学校では、集団生活を送るために、手洗いの徹底、手指消毒の徹底と共に、マスクの着用、こまめな換気、多くの人が触れる場所の消毒を行っています。目の前のできることを確実に行っていくことが何より大切です。