

# 保健だより 4月

令和5年4月号  
小美玉市立美野里中学校  
保健室

ご入学・進級おめでとうございます。205名の新入生を迎え、全校生徒633名での新年度が始まりました。不安や期待を胸に新たなスタートを迎えたことでしょう。皆さんの笑顔があふれる学校生活になるよう、保健室から応援しています。

## 健康診断がはじまります

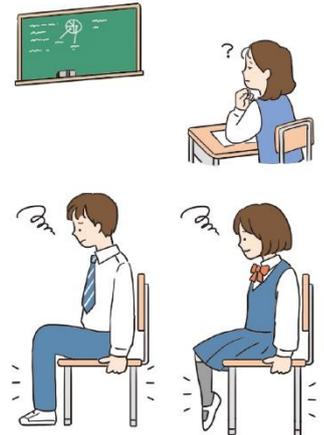
- 11日(火) 身体測定 (2・3年生)
- 12日(水) 身体測定 (1年生)
- 13日(木) 歯科検診 (3-1~3-4)
- 20日(木) 歯科検診 (3-5・3-6  
2-1~2-3)
- 21日(金) 心臓検診 (1年生)
- 24日(月) 尿一次検査 (全学年)
- 26日(水) 内科検診 (3年生  
2-1~2-3)

## あなたの席は「異常なし」? セルフチェック

新年度を迎え、入学した1年生はもちろん、2・3年生のみなさんも教室や席が変わったと思います。新しい環境でこれから1年間すごしていくことになりませんが、いま、席についているときに

- 黒板の文字が見えにくい
- 先生の声が聞こえにくい
- いすや机が高すぎる/低すぎる
- いすや机がグラグラする(壊れている)

といったことはありませんか? こうしたことがあると、クラスでの生活の中で、授業をしっかり受けられない、勉強に集中できないだけでなく、思わぬけがや健康トラブルにつながることも…。気づいたこと、気になることがあれば、早めに担任の先生または養護教諭に知らせてください。



## お世話になる校医の先生方です

- 学校医
  - 比氣 利康先生 (希望ヶ丘いきクリニック)
  - 新澤 暁先生 (新澤医院)
- 学校歯科医
  - 長谷 哲郎先生 (羽鳥デンタルクリニック)
  - 石崎 広光先生 (石崎歯科医院)
- 学校薬剤師
  - 木村真理子先生 (ウエルシア玉里店)



## 新型コロナウイルス感染症対応について

- 朝、家庭で検温し、37.5度以上の発熱やせきやのどの痛みなどのかぜ症状があるときは、登校をひかえてください。早めに病院を受診してください。
- 換気・手洗い・アルコール消毒を心がけてください。
- マスクは着用しなくてもかまいませんが、くしゃみや咳をするときは、咳エチケット(手や腕で口をおさえる)を心がけましょう。必要に応じてマスク着用ができるように、マスクを持参しましょう。
- 新学期始めは、心身ともに疲れます。十分な睡眠をとって抵抗力を高めておきましょう。

養護教諭の海老澤満志子です。よろしくお願ひします。来室する時は休み時間でも「保健室連絡票」を先生からもらってきてください。

<p><b>目的</b></p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p><b>目的</b> だいじょうぶ?</p> <p>体の調子がすぐれない</p>	<p><b>目的</b></p> <p>体や健康について学びたい</p>	<p><b>目的</b></p> <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p><b>注意</b></p> <p>きのうの、かえて~</p> <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p><b>保健室を利用するときの約束</b></p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p><b>注意</b></p> <p>内服薬は出せません</p>
<p><b>ルール</b></p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>室内では静かに</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>備品等に勝手に触らない</p>