

ほげんだより 4月

R3. 4 美浜中学校 保健室

1年生のみなさんは入学、2・3年生のみなさんは進級おめでとうございます！
 新年度がスタートし、コロナ禍でも元気に登校しているみなさんと一緒に学校生活を送ることができて、とてもうれしいです。4月は新しい学校、新しいクラスでドキドキすることが多いですが、自分のペースで慣れていってください。保健室では、みなさんが心も体も健康でいられるよう応援しています。なにか困ったことがあったら、体育館横の保健室に気軽に来てみてね！

4月の保健目標

**自分の体の発育・健康状態
 について知ろう！**

健康診断・はじまります

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス
 事前のお知らせをよく読んで
 積極的に受けましょう

**美浜中の
 学校医さんを
 紹介します！！**

	名前	病院名
学校医（内科）	関口 直哉 先生	浦安せきぐちクリニック
学校医（内科）	小林 澄子 先生	順風会小林クリニック
学校医（眼科）	佐藤 匡世 先生	くさかり眼科
学校医（耳鼻科）	岡野 和洋 先生	美浜耳鼻咽喉科
学校歯科医	宇田川 恵司 先生	宇田川歯科医院
学校歯科医	深川 周 先生	アイキューブデンタルクリニック
学校薬剤師	高橋 秀人 先生	タカハシ薬局



廊下で会ったら、あいさつをきちんとしよう！！



保健室ってこんなところ！

美浜中の保健室の使い方を紹介します。
 ルールやマナーを守って利用しましょう。

★けがをしたとき★

傷口に砂などの汚れがついている場合は、水道で洗い流してから来ましょう。血がたくさん出ている場合は、ハンカチなどで押さえながら保健室へ来ましょう。

★からだの具合が悪いとき★

がまんをせず、周りの先生に一言伝えてから、保健室に来ましょう。突然いなくなると、先生や友達が心配します。なるべく休み時間に来ましょう。

★心の具合が悪いとき★

悩みや不安なこと、困っていることがあったら、いつでも相談しに来てください。心とからだはつながっています。ひとりで抱え込まず、だれかに話すことも大切です。

★からだや心について 知りたいとき★

保健室はからだと心の情報センターです。何か知りたいことがあったら、ぜひ保健室へ。保健室の中では視力検査、廊下には身長計と体重計があります。休み時間に自由に測っていいよ！

★勝手にさわらない、 さわがない★

保健室の物をさわるときは、先生に声をかけてください。使い方をまちがえて壊れたりすると、たくさんの人が困ります。

体調が悪くて休んでいる人がつらい思いをしないように、保健室では大きな声をだしたりさわいだりするのはやめましょう。

あいさつをしっかりと！

入退室のときは、ロックやあいさつをしましょう。

「失礼します」
 「〇年〇組〇〇〇です」
 「〜〜できました」
 「ありがとうございました」
 「失礼しました」

続けてがんばろう



<健康診断のお知らせ>

- 04/22 (木) : 内科検診 (3年、2AB、E組)
 眼科検診 (全学年)
 - 04/23 (金) : 尿検査一次
 - 04/27 (火) : 内科検診 (1年、2C)
 - 05/6 (木) : 心音・心電図検査 (1年)
 - 05/13 (木) : 歯科検診 (3年、2AB、E組)
 - 05/20 (木) : 耳鼻科検診 (1年) 尿検査二次
 - 05/27 (木) : 歯科検診 (1年、2C)
- 詳細は保健だより健康診断号でお知らせします。