

## 入学・進級おめでとうございます

新年度が始まり1週間が過ぎました。今週初めに発育測定や視力、聴力検査を行いました。皆さんの先手挨拶がとてもさわやかで心地よかったです。昨日の歓迎会も2、3年生の1年生を温かく迎えようという気持ちが伝わり、この1年がとても楽しみになりました。

私は、養護教諭の宮崎典子です。今年度も、皆さんが元気に生活できるように、保健室から応援したいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



しっかり受けよう!

### 健康診断

健康診断の目的は?

- ①自分のからだの調子や成長のしかたを知る。
- ②病気の早期発見・早期治療。
- ③健康や自分のからだに関心を持つ。

### ★今後の定期健康診断日程★

項目	実施日	時間	対象学年
内科検診	4月16日(月)	13:20~	6組、3年1,2組
結核検診	5月7日(月)		3年3,4組
運動器検診	5月31日(木) 6月6日(水)		2年生 1年生
尿検査	1次 4月18日(水)	8:30までに 保健室へ提出	全学年 再検者・未提出者
	2次 5月7日(月)		
歯科検診	4月19日(木)	9:00~	2年生
	4月26日(木)		3年生
	4月27日(金)		1年生
貧血検査・心電図検診 生活習慣病予防検診	5月2日(水)	8:30~ 11:30	1年生及び前年度 経過観察者・未検査者
耳鼻科検診	5月24日(木)	9:00~	1・3年生 及び前年度未検査者
		11:00	

## お願い

- ★健康診断の結果、再検査・精密検査の必要な場合は、個別にお知らせします。早めに病院で診ていただきますよう。
- ★提出物がたくさんあります。診断する上で大切な資料です。期日までに必ず提出してください。

### 健康診断等でお世話になる

#### 校医の先生方 及び 検査実施機関の紹介



<b>内科</b>	坪井先生(田京診療所) 土屋先生(土屋クリニック) 村田先生(村田内科クリニック)	<b>歯科</b>	西島先生(西島歯科医院) 鈴木先生(鈴木歯科医院) 土屋先生(三恵歯科医院)
<b>耳鼻科</b>	佐藤先生(大仁耳鼻科)	<b>検査実施機関</b>	静岡県予防医学協会
<b>薬剤師</b>	柄田先生(岩下薬局江間店)		

# みんなの保健室

機能と役割を正しく理解して。。。  
 ルールを守って利用してください！！

<p>けがの応急手当や 具合が悪いときの一時休養に</p> 	<p>自分の体や健康について 知りたい時・調べたい時</p> 	<p>悩みをかかえている時に</p> 
<p>どきどき かぎり先生にことわってから 利用しましょう</p> 	<p>ベッドで休んでいる人もいます 静かに利用しましょう</p> 	<p>保健室にあるものは ひと声かけてから使いましょう</p> 

## しっかり刻もう。朝の生活リズム。

慣れない環境は、自分が思っているより疲れるものです。翌日まで疲れを引きずらないようしっかり休養する時間をとり、生活リズムを整えましょう。

**決まった時間に  
起床する**



ゆとりを持って登校できる  
時間を決めよう。

**きちんと朝食を  
食べる**



1日の生活の基本です。朝食  
を抜くと元気が出ません。

**決まった時間に  
排便をしてみる**



うんちがでなくても  
トイレに座る習慣を！

## お知らせ



大仁地区では、保幼小中連携して、歯の健康を守るため、歯みがきを推進しています。今年度も、給食後、全校で歯みがきを実施します。歯ブラシ・コップ(水道水の節水のため)を忘れずに学校に持ってきてましょう。

