



# ほけんだより



\* 今月の保健目標 \*

- ・健康診断を正しく受け、自分の体をよく知ろう

2024/4/21/金 知念中 保健室 発行

## 入学・進級おめでとございます！

養護教諭の寄川郁美です。1年生のみなさん、初めまして！2・3年生のみなさん、今年度もよろしくお願ひします。全校生徒が健康に過ごせるよう、学校生活をサポートしていきますので、気軽に保健室を利用してくださいね！

新しいクラスや先生たちにはもう慣れましたか？テストや家庭訪問など、慌ただしい日々が続きますが、休めるときに、しっかり休んでくださいね。健康診断も始まっています。注意事項をきちんと確認して、しっかり受診しましょう。



保健室にいます  
会いに来てね☆

アオカナヘビ(じゅーみー)  
名前:ジェイミー・サリー

## ☆健康診断の日程☆

① 歯科検診…5月9日(火)9:30 スタート  
学校歯科医: 南原弘先生(コマカ歯科)



歯科検診

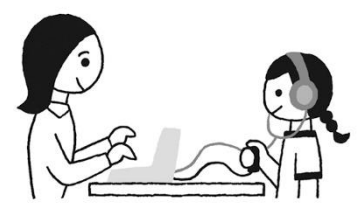
当日の朝は、必ず  
歯みがきをしてから  
登校しましょう！



視力検査

② 視力・聴力・心電図検査  
5月12日(金)5・6校時

視力……全学年  
聴力……1・3年生  
心電図…1年生のみ



聴力検査

1年生はトレパン登校です。  
メガネを使用している人は、忘れないように持って来てね。

③ 内科検診…5月25日(木)13:30 スタート  
学校医: 小山信二先生(南城つはこクリニック)



内科検診

前日には、きちんと  
お風呂に入り、体を  
清潔にしましょう。  
当日は、全員  
トレパン登校です。

④ 尿2次検査  
5月25(木)・26日(金)  
対象者

- ・前回未提出者
- ・再検査が必要な生徒

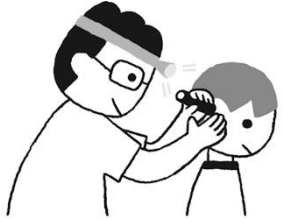


尿検査

前日に検査容器を  
配布します！

⑤ 耳鼻科検診…6月7日(水)9時スタート  
学校耳鼻科医: 江洲浩明先生

(はえばる耳鼻咽喉科)



耳鼻科検診

耳そうじをしてから  
登校しましょう！

## 健診時のおねがい

- ・医師や看護師、検査員へきちんとあいさつをしましょう。
- ・順番を待っている間は、静かに、待機しましょう。

## 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。

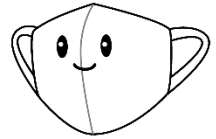


## マスク着ける？着けない??

学校では4月から、マスクの着用は個人の判断で、という形になりました。マスクを着けるか、着けないかは、自分で決めて良いのです。

自分で決めづらい人は、以下のことを参考に判断してみてください。

- \* マスクを着けたほうが良いとき
  - ・バス通学で車内が混雑しているとき
  - ・咳や鼻水など、自分に風邪症状があるとき
  - ・病院などの医療機関へ行くとき
- \* マスクを外したほうが良いとき
  - ・徒歩での登下校時
  - ・運動をするとき



マスクを着けること・外すことを他の人へ強要することは絶対にやめましょう。また、マスクの有無による見た目をからかったりすることも絶対にいけません。