



平成 28 年 4 月 7 日
南陵中学校 保健室
平成 28 年度 No.1

4 月の保健目標 健康診断で自分の健康状態を知ろう

いいし ずえ
養護教諭の 石井 志寿江です。



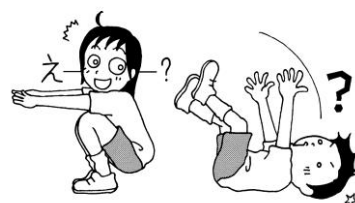
1 年生のみなさん、入学おめでとうございま
す。そして、2・3 年生のみなさん、進級おめで
とうございます。新年度がスタートし、疲れが出
やすい時です。早寝生活リズムを整えて、元気に
学校生活を送れることを願っています。

保健だよりでは、からだと心の健康についてお
知らせします。ぜひ、目を通してください。

座高の検査が
なくなります



運動器検診、始まるよ



4 月 南陵中健康診断カレンダー

身体測定・視力検査に
は、半袖(はんそで)
体操服、ハーフパン
ツ、メガネ、ハンカチ
を忘れずに!

日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
3	4	5	6 新任式 入学式準備	7 入学・始業式	8 2年身体測定・ 視力・聴力 顔写真	9
10	11 給食開始 1年身体測定・ 視力・聴力 顔写真	12 3年身体測定 視力、顔写真 クレペリン検査 2年内科検診	13 自転車訓練予備 上ジャージ	14 委員会 3年歯科検診	15 りにんしき 離任式	18
17	18 朝会 委員会	19 全国学力学習状 況調査 3 年	20 3年内科検診	21 授業参観 PTA 総会 ごんだんかい 学年懇談会	22 眼科検診 1年・3AB	23
24	25 朝会 風水害避難訓練	26 家庭訪問 検尿①	27 家庭訪問 検尿②	28 家庭訪問	29 昭和の日	30

※ の中は持ち物です。忘れないようにしましょう。

保健室って、何をするとところ？

学校でけがをしたら、保健室で応急手当をします。体育や部活動でけがをした場合は、体育の先生や顧問の先生に言って、保健室に来てください。



保健室に先生がいなかったらどうするのですか？

その時は、職員室の前のドアから職員室に入り、近くの先生に言いましょう。



具合が悪くて授業を受けられない場合は、保健室で休養できます。しかし、1時間休養しても体調が回復しないときは、早退して、家で休養します。



また、飲み薬は出していないです。

病気やけがなどで汚してしまったための、予備の制服、ジャージやハーフパンツ等の着替えがあります。困ったときは申し出てください。体や心の本もあります。

2枚の絵を見比べて

1つのまちがいをさがそう!!

けんこう しんだん じぶん
健康診断で自分のからだを知ろう！



けんこう しんだん じぶん
健康診断で自分のからだを知ろう！



服装を確かめて、忘れ物をしない！

