

# 保健だより 4月

平成 27 年 4 月 7 日  
南陵中学校 保健室  
平成 27 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



養護教諭の いしい しずえ  
石井 志寿江です。

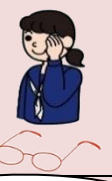
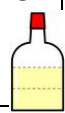
1 年生のみなさん、入学おめでとうございます。そして、2・3 年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しいクラスで、疲れが出やすい時です。疲れが残らないように、早く慣れて、元気に学校生活を送れることを願っています。

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。



### 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                                                                                                          |
|-----------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>5</b>  | <b>6</b><br>新任式<br>入学式準備 | <b>7</b><br>入学始業式<br> | <b>8</b><br>3年身体測定<br>視力・聴力検査<br>クレペリン検査 | <b>9</b> 給食開始<br>2年身体測定<br>視力検査<br>自転車訓練 1 年                                                                                    | <b>10</b> 1 年<br>身体測定<br>視力聴力<br><small>りにんしき<br/>離任式</small>                                                          | <b>11</b><br>          |
| <b>12</b> | <b>13</b><br>朝会<br>委員会   | <b>14</b>                                                                                                | <b>15</b><br>自転車訓練予備                     | <b>16</b><br>授業参観<br>PTA 総会<br><small>こんだんかい<br/>学年懇談会</small>                                                                  | <b>17</b><br>内科検診<br>1 年<br>      | <b>18</b><br>上ジャージ<br> |
| <b>19</b> | <b>20</b><br>朝会<br>委員会   | <b>21</b><br>全国学力学習状況調査 3 年                                                                              | <b>22</b> 45 分<br>家庭訪問                   | <b>23</b> 45 分 検尿①<br>歯科検診 3 年<br>家庭訪問<br> | <b>24</b> 45 分<br>検尿②<br>家庭訪問<br> | <b>25</b>                                                                                                   |
| <b>26</b> | <b>27</b> 朝会<br>風水害避難訓練  | <b>28</b><br>内科検診 3 年                                                                                    | <b>29</b><br>昭和の日                        | <b>30</b><br>写生大会<br>(弁当持ち)                                                                                                     |                                                                                                                        |                                                                                                             |

※  の中は持ち物です。忘れないようにしましょう。

# 南陵中学校の保健室ってどんなところ??

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、保健室にきてください。

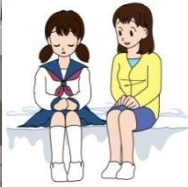


保健室に先生がいなかったらどうするのですか？

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。



心や体の健康に関する本があります。心と体のことで心配なことがあれば、先生に相談することもできます。



病気やけがなどで汚してしまったときのために、予備のジャージやハーフパンツ等の着替えがあります。困ったときは保健室に申し出てください。

みなさんは「日本スポーツ振興センター」という保険に加入しています。学校でけがをして病院にかかった場合は、担任の先生・部活動担当の先生に言って、保健室へ書類をとりに来てください。

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、原則として飲み薬は出していないです。

保健室には身長計や体重計があります。授業後の時間に、保健の先生に聞いてから計ることができます。



## が っ 校 医 の 紹 介

こ ね ん ど せ ね 今年度お世話になります。

こいえ内科 鯉江先生  
中村クリニック 中村先生  
常滑いきいきクリニック  
小出先生



森下歯科 森下先生  
榊原歯科 榊原先生