

ほけんだより 4月

熊谷市立大幡中学校保健室
平成29年4月10日(月)
4月号

2・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。心も身体も健康で充実したものになるようサポートしていきます。「ほけんだより」は保健関係の大切なことが書いてあります。毎月またはお知らせがある時にお届けします。

平成29年度 定期健康診断日程

- 4月12日(水) 身体測定
一次尿検査
- 13日(木) 一次尿検査(2日目)
- 19日(水) 心臓検診(該当者のみ)
- 20日(木) 内科検診(3年男子)
- 21日(金) 内科検診(3年女子)
一次尿検査(予備日)
- 27日(木) 耳鼻科検診
- 28日(金) 心臓検診(予備日)

※5月も続きます。よろしくお祈りします。

健康診断は身体の勉強です。どれだけ成長したか、身体の働きはどうか等を知るために、様々な検診や測定をします。健康で安全な毎日を過ごすための手がかりにしましょう。



- 内科：君島 光行 先生
- 歯科：高野左千夫 先生
- 眼科：池田ふじ代 先生
- 耳鼻科：飯田 宏 先生
- 薬剤師：石黒 直樹 先生
- 内科：佐藤 祐一 先生

○保健調査票について○

訂正・変更がある場合、必ず直していただき、裏面に保護者印を捺印し、12日(火)までに担任の先生に提出してください。



朝ごはんをしっかり食べよう！

朝食は1日のエネルギー源です。食べないと集中力が出なかったり、気持ち悪くなってしまう。

☆朝ごはんの効果

- 脳の働きを活発にし、集中力や記憶力が高まる
- 体温が上昇し、代謝が高まる
- 太りにくい身体をつくる
- 便秘解消
- 疲労感が少ない



養護教諭の田部井唯です。保護者の皆様、大幡中学校の保健活動にご協力よろしくお願いします。保健室は、学校の健康センターです。応急処置や健康相談など、心や身体についての不安や悩みを一緒に考え、解決していきたいと思っております。

<保健室利用の約束>

- ①授業中に来室する場合は、授業担当の先生に許可を得て来室しましょう。休み時間に来室する場合、授業に遅れそうなときは、授業の先生または保健安全委員に伝えてから来室しましょう。
- ②学校でのその日のけがや病気について処置や対応をします。継続的な処置は行いません。
- ③症状を知らせてください。(いつ・どこで・どうしたのか)
- ④内服薬はありません。
- ⑤体調を崩したときは1時間まで休養して様子を見ます。症状が回復しない場合は、保護者の方へ連絡をし、早退させます。(お迎えをお願いすることもあります。)

