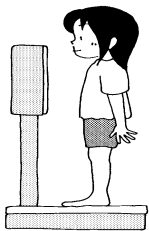


保健だより



2023・4
旭中 保健室



健康診断が始まります

今月から健康診断が始まります。みなさんの体の成長の様子や健康状態などを正確に知るため、とても大切な検診・検査をしていきます。みなさん一人ひとりの「いま」と「これからの」のために、健康診断がスムーズに進むよう、事前の注意をしっかりと守ってください。

4月の予定表

月 日	検査項目	時間	学年	場所	注意事項
4/12(水)	身体計測	1.2 校時 3.4 校時	3 年 2 年	身体計測(会議室) 視力(教室) 聴力3年のみ(保健室)	夏の体操着(寒い日は長袖可)
4/13(木)	身体計測	1.2 校時	1 年	身体計測(会議室) 視力(教室) 聴力(保健室)	夏の体操着(寒い日は長袖可)
4/20(木)	心臓検診	8:45~	1 年	保健室	夏の体操着



校医の先生方を紹介します

- 内科 伊藤 泰昭先生 (伊藤内科医院)
- 耳鼻科 梶 博幸 先生 (みずほの耳鼻咽喉科医院)
- 眼科 稲葉 全郎先生 (稲葉眼科医院)
- 歯科 町田 泰志先生 (町田歯科クリニック)
- 薬剤師 石崎 一郎先生 (石崎 薬局)



..... 学校生活について

旭中学校では、今年度も、朝、自宅で計測した体温をタブレットに入力します。週末もタブレットを持ち帰りますので週末の体温も入力してください。

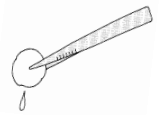
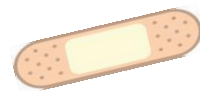
感染症予防対策は引き続き行っていきます。

- ・こまめに手洗い・うがい
- ・咳エチケットの徹底
- ・「3密」の回避(密集、密接、密閉)

・毎朝の体温測定と健康チェックをして、発熱(37.0 以上)又は風邪の症状がある場合は、ムリせずに自宅で療養してください。



旭中保健室利用の仕方



入 室 の 約 束	休み時間	- 本人が、担任又は教科担任から許可「保健室利用カード」をもらって来る。(けがや緊急の場合は除く) 付き添いはいりません。 - 原則として、授業が始まる前に教室に戻る。 - 次の授業が始まってしまう時には、養護教諭が保健室連絡カードを持たせるので、それを授業の先生に渡す。
	授業中	- 本人が、授業の先生から許可「保健室利用カード」をもらって来る。(けがや緊急時は除く) 必要以外付き添いはいりません。 - 次の授業が始まってしまう場合は、養護教諭が保健室連絡カードを持たせるので、それを授業の先生に渡す。 - 具合が悪くて保健室で休養する場合、原則として1日1回1時間だけとする。回復しない場合は、担任の先生から家庭に連絡してもらい、早退し家でゆっくり休む。
	朝の会 帰りの会	- 本人が、担任の先生から許可「保健室利用カード」をもらって来る。(けがや緊急の場合は除く) - けがや具合がとても悪い時のみ利用する。 ※ 具合が悪く 1 時間目の授業ができない場合は、早退となります。担任の先生へ申し出てください。
	昼休み	養護教諭の了解を得る。(けがや緊急時の場合は除く)
	清掃時	- 本人が、担任及び担当の先生から許可「保健室利用カード」をもらって来る。(けがや緊急の場合は除く) - けがや具合がとても悪い時のみ利用する。
	放課後	部活動でのけがや体調不良は、顧問の先生に伝えてくる。
室内での約束		- 休んでいる人の迷惑にならないよう静かにする。(大声で話したり、はしゃいだり、遊びまわるなどは厳禁) - 医薬品や器具等は勝手に使用しない。 - 養護教諭の指示に従う。 - 応急処置がすんだら、すぐに教室に戻る。
その他		- 毎朝健康観察記録簿を担任の先生が職員室から持って行く。健康観察終了後、係りの生徒が1校時の始業までに職員室内のブックスタンドに提出し、ホワイトボードに欠席人数を記入する。 - 養護教諭不在の場合原則として開放しない。使用する場合や休養する場合は、必ず学年の先生に付き添ってもらう。

新学期疲れにならないために、意識して心と体をリフレッシュさせて♡

1日に数分でも好きなことをする	いつでも笑顔で。とにかく笑ってみる	ぬるめのお風呂にゆっくりつかる	生活のリズムをみださない
------------------------	--------------------------	------------------------	---------------------