



平成26年4月11日
練馬区立開進第四中学校

新しい先生方や真新しい制服を身につけた新入生を迎えて、新しい学年がスタートしました。「今年度こそ」と気持ちも新たに始業式を迎えた人も多いと思います。

新しい出会いが多いこの時期は、ワクワクすることが多い一方、環境の変化から体調を崩す事もあります。早め早めの休養を心がけましょう。元気に過ごしましょう。



新年度最初の大きな行事・健康診断がまもなく始まります。自分の体と向き合う1年に一度の行事です。どれだけ成長したか、普段の生活で気をつける事はないかなど、自分の体に注目してみましょう。

検診の前日には、「保健の知識」というお便りを配布します。健康診断の目的や方法、病気や体についての説明等を記載します。よく読んで健康診断を理解して受けてください。

4月の健康診断日程

- ・ 4月15日(火) 腎臓検診 全学年
- ・ 4月17日(木) 口腔健診 全学年
- ・ 4月18日(金) 耳鼻科健診 1年全員、2年の一部
- ・ 4月21日(月) 心臓検診 1年生、2、3年生の一部
- ・ 4月23日(水) 腎臓検診 前回の未提出者
- ・ 4月25日(金) 耳鼻科健診 2年生の一部、3年生

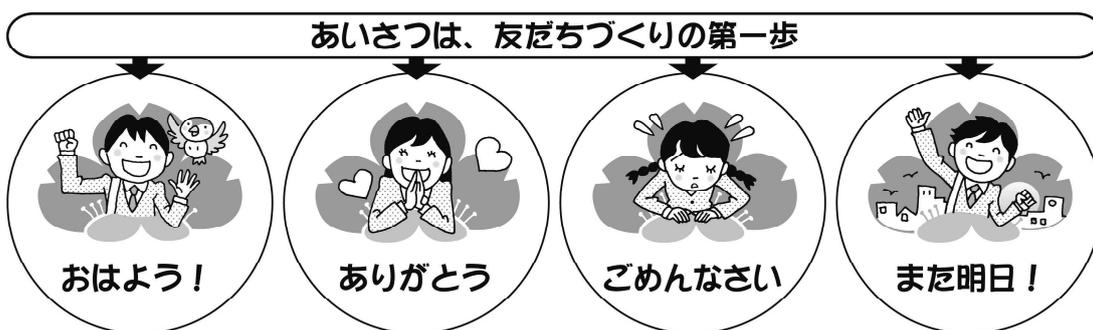
今年度お世話になる校医の先生の紹介



- ・ 内科 井口 俊 先生
- ・ 眼科 長松 淳一先生
- ・ 耳鼻咽喉科 平山 玖美子先生
- ・ 歯科 森田 修司先生
- ・ 薬剤師 山下 喜美先生



<h2 style="text-align: center;">保健室利用 NG集</h2> 	<p style="text-align: center;">× 大声で騒ぐ</p>  <p>体調の悪い人や、けがの手当てに来ている人など、気分のすぐれない人への思いやりを忘れないで。</p>	<p style="text-align: center;">× 備品や薬を勝手に使う</p>  <p>身長計や視力表などの備品を使いたいときは、ひと声かけてください。薬は使い方を間違えると大変!! 勝手に使えません。</p>
<p style="text-align: center;">× 出しっ放し 使いつ放し</p>  <p>出しっ放し・使いつ放しは、ものが行方不明になる原因です。保健室のものを使ったときは、必ず元の場所に戻してください。</p>	<p style="text-align: center;">× 無断で ベッドで休養</p>  <p>保健室のベッドは、体調の悪い人が休養するためのものです。無断でベッドコーナーに入ったり、寝たりしてはいけません。</p>	<p style="text-align: center;">× 戸棚や机の中を勝手に見る</p>  <p>高価な備品や個人情報にかかわる大切な書類が入っています。鍵をかけていますが、もし開いていても絶対にさわらないで!</p>
<p style="text-align: center;">× だれにも言わずに 来室</p>  <p>居場所が分からないと心配なので、保健室に来ることを、担任や教科の先生、クラスの保健委員などに伝えて来てください。</p>	<p style="text-align: center;">× 来ている人からかう</p>  <p>保健室に来る理由は、人それぞれで、ほかの人に言いたくない場合もあります。そっと見守ってあげてください。</p>	<p>保健室は、学年やクラスに関係なく、みんなが利用するところです。みんなが少しずつづかいを持ち寄って、どの人も気持ちよく過ごせる保健室にしましょう。</p> 



保健室からのお知らせ

昨年度に引き続き、今年度の学校保健目標は「心身の健康について関心をもち、健康について、自分で考え実行できる生徒」です。

1年間みんなが元気な毎日を送れるように努力していきたいと思えます。よろしくお願ひします。

古家ちずる

