

ほけんだよい

平成 27 年 4 月 30 日
光一中・保健室



新年度がスタートして約1ヶ月が過ぎようとしています。1年生は徐々に緊張がほぐれ、中学校生活に慣れてきているようですが、なかには、疲れが出て体調を崩している人もいます。新緑の美しい季節、緑のパワーをいっぱいもらって、生き生き元気に過ごしましょう。天気の良い日は気温がぐんぐん上がりますが、朝夕や雨模様の日はまだ肌寒く、体調を崩しやすい時期でもあります。十分気をつけましょう。



健康診断が続いています

28日(火)尿検査でしたが、提出しなかった人が、多くいました。自分の体の状態を調べる大切な検査です。出せなかった人は、次回**5月8日(金)**です!! 容器等なくした人は、保健室へ申し出てください。

< 歯科検診結果 >

歯肉炎がある人	67人
歯垢がある人	32人
歯並びが気になる人	61人
虫歯のある人	84人
虫歯になりそうな歯がある人	76人
要注意乳歯がある人	14人

受診が必要な人が 198人 いました!!

★すでに受診した人が、歯科で・・・13人
視力で・・・12人
「おしらせ」をもらった人は、早めに受診し
受診報告書を提出してください。



< 視力検査結果 >

C・Dの人	
1年生	31人
2年生	37人
3年生	35人
全体	103人



病気がみつかったら
早くお医者さんへ行こう



★ 連休中の生活リズム...

気をつけよう♪♪



6連休でツラなツラな品!

5月1日～6日までの6連休を、あなたはどんなふうに過ごしますか?

☆アクティブ型

友だちや家族と出かけたり、部活動の試合や練習で活躍したり。しっかり活動した分、休養もしっかりとってくださいね。

☆のんびり型

せっかくの休みだから、家でのんびり、ゆったり過ごしたい。お天気のよい日には外に出て、新緑の季節を楽しみましょう!!

連休明けには、リフレッシュした元気な顔に会えますように。



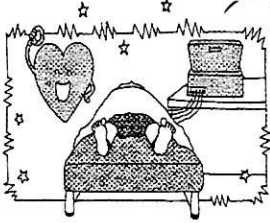


～ うらやま ～

5月

健康診断カレンダー



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 開校記念日	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8 内科検診 3年生 尿検査(予備)	9
		前日は、耳掃除を行っておくこと。 女子は、髪が耳にかからないように結ぶか、ピンで留めておくこと。				
10	11 3年生 健康チェック開始	12	13 	14 耳鼻科検診	15 尿検査2次	
17	18	19	20	21 	22 心臓病検査 1年生	23
24/31	25	26	27		29 体操服で検査を受けます。	30

★ **尿検査** ... 5月8日(金)最終提出日!! 絶対忘れないように!!