

4月 保健だより

平成 27 年 4 月 10 日
練馬区立石神井西中学校
保健室

入学・進級おめでとうございます。

新学期がスタートしました。気持ちを新たにして、この 1 年を健康で充実した日々ができるように、がんばっていきましょう。



初めまして！

4 月から石西中の保健室を担当します、篠原です。
みなさんが元気に中学校生活を送れるようにサポートしていきたいと思いま
す。何か困ったことや心配事があったら気軽に声をかけてください。みなさん
と楽しい学校生活を送れるようがんばります。よろしくお願いします。



学校の中にはみんなが利用する場所がいくつかありますが、保健室もその 1 つです。みんなが快適に使用するためにも、以下のルールやマナーを一人ひとりが守り利用してください。

保健室のルール・マナー

- ① 来室したら、利用目的をはっきり告げる。退室時には、きちんとあいさつをしよう。
- ② 保健室では静かにしましょう。具合が悪くて来室している人もいます。思いやりの気持ちを忘れずに。
- ③ できるだけ休み時間に利用しましょう。(身長や体重の測定は休み時間のみです。)
- ④ 授業にかかるときや授業中の利用は、担任の先生や教科の先生に許可をもらってから来室しましょう。
- ⑤ 保健室を利用したときは、「応急処置カード」に必要事項を記入しましょう。
- ⑥ 保健室では、内服薬をあげられません。
- ⑦ 保健室での休養は、原則 1 時間です。1 時間休養しても体調が回復しないときは、家の休養が必要と考えられますので、早退を勧めます。

早退の際には、必ず保護者の方に家庭連絡をします。

裏面に続く

今月の 保健目標

健康診断を通じて自分の体を知ろう！

4月から定期健康診断が始まります。健康診断はみなさんが元気に学校生活を送れるように、身体の成長やどこが調子のよくないところはないかを調べます。検査によっては、提出物があるので提出期日を必ず守り、忘れないようにしてください。今年度の健康診断の日程は以下のとおりです。各健康診断についての詳細は、保健だよりでお知らせします。

平成27年度定期健康診断日程一覧

検査日	検査内容	対象学年	時間	備考
4/15(水)	腎臓検診	全学年	朝回収	登校したらすぐ提出しましょう。
4/27(月)				15日に忘れた人は必ず出しましょう。
4/17(金)	身体計測	全学年	9:00～	ジャージ登校です。メガネを使用している人は持参しましょう。
4/22(水)	歯科検診	全学年	8:50～	歯をみがいてきましょう。
4/28(火)	眼科検診	全学年	9:00～	待っている間は静かにしましょう。
4/30(木)	内科検診	1年生	9:00～	脱ぎやすい服装で登校してください。女子は上半身ジャージを用意してください。事前に「結核検診問診票」を配布・回収します。
5/21(木)		2,3年生		
5/7(木)	心臓検診	1年生	9:00～	脱ぎやすい服装で登校してください。女子は上半身ジャージを用意してください。
5/14(木)	耳鼻科検診	全学年	9:00～	耳掃除をしておきましょう。



- 内科 田口智子先生（ゆき医院）
- 眼科 國田 正矩先生（国田眼科医院）
- 耳鼻科 鄭正舟先生（関町耳鼻咽喉科アレルギー科）
- 歯科 羅均先生（上石神井北口歯科）
- 薬剤師 井上博美先生

校医の先生方には、これから検診でお世話になります。お忙しい時間の合間に来てくださるので、ご迷惑をおかけしないように、先生の言うことをきちんと守りましょう。

「お願いします。」
「ありがとうございました。」の
あいさつも忘れずに！