笑顔保健だより

矢掛中学校　保健室　令和６年４月

保健目標
自分の発育や
健康状態を知ろう！

養護教諭の堀江です。
みなさんが健康で安心して学校生活を送れるように保健面からお手伝いをしていきます。どうぞよろしくお願いします。
職員室の入口の一番近い席または保健室にいます。けがをした時、体調が悪い時、相談したい時など声をかけてください。
保護者の皆さんもお気軽に声をかけてください。

入学・進級おめでとうございます

82名の新入生を迎えて、全校生徒 254名で新学期のスタートです。2･3年生もクラス替えとなり、新しい友達、新しい生活･･･。たくさんの「新しい」に出会うみなさんはわくわくドキドキ、心が忙しい毎日ではないでしょうか。早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。保健室からも、みなさんのことを応援しています。まずは早く寝ること、そしてしっかり栄養をとることが大切です。心も体も健康で元気いっぱいの一年を過ごしましょう！

友だち作りの第一歩は『おはよう！』

入学・進級おめでとうございます。「新しい友だち、できるかな？」とドキドキソワソワしている人も多いかもしれませんね。
そんな人は、ぜひ自分から「おはよう！」とあいさつをしてみましょう。

自分からあいさつをすると

仲良くなりたい気持ちを伝えられる
「自分に興味を持ってくれている」と感じると誰でも嬉しいもの。目を見て明るく声をかけてみてください。

相手も自分も明るい気分になれる
相手が嬉しそうに返してくれれば、自分の気分もアップ♪　そこから話が広がれば、グッと仲良くなれるかも。

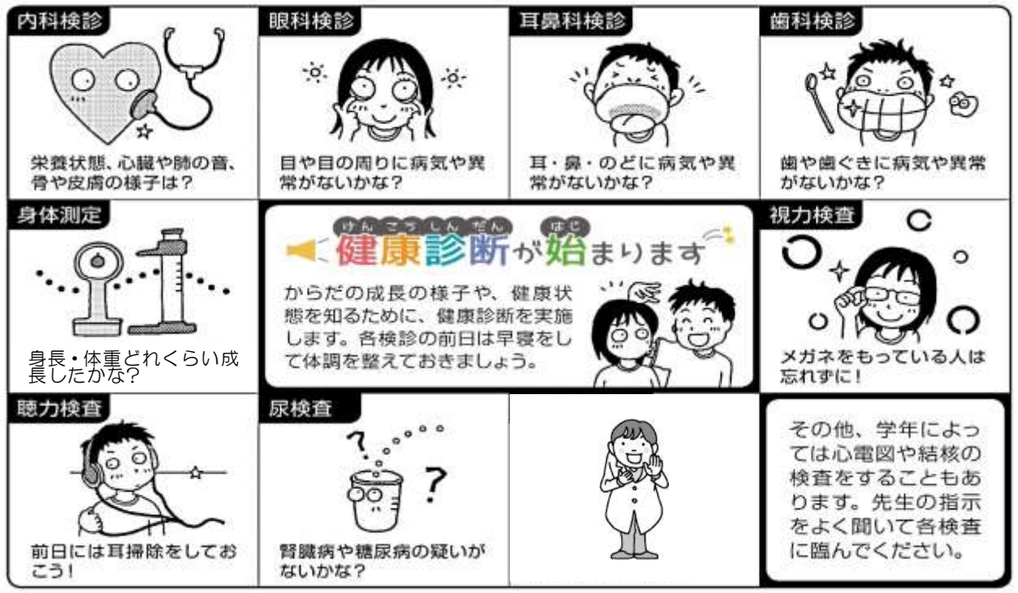
友だちと楽しい学校生活を送ってくださいね♪

書類についてのお願い

１年生の保護者のみなさまへ

学校へ提出していただく保健関係の各書類は、直接保護者のみなさまに面談でお聞きする代わりに、健康情報を知るためのものです。お子様のふだんの健康状態について、一緒に話しながら、正確にご記入ください。学校や学校医が正しい判断をするために、役立てたいと思います。
たくさんの書類があって申し訳ありませんが、よろしくお願いします。

提出〆4月12日(金)



【健康診断の日程について】　※日程は、変更になることがありますのでご了承ください

		内容	対象
４月	１２日（金）	身体計測･視力･聴力検査	全員
	２４日（水）	内科検診	全員
５月	１３日（月）	眼科検診	全員
	２３日（木）	尿検査１次	全員
６月	４日（火）	耳鼻科検診	１年生
	１２日（水）	歯科検診	全員
	１８日（火）	尿検査2次	１次未提出および有所見者
	２０日（木）	心臓検診	１年生

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度が使えます

学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

学校の管理下でのケガ等が対象です

３割負担の場合、自己負担の総額が1,500円以上の医療費が対象です

※治療を始めたら、学校にお知らせください。

みんなの保健室！

機能と役割を正しく理解して･･･ルールマナーを守って利用してください!!

～健康診断のルールを守りましょう～

①**「見ない」**……あなた自身はそうでなくても、見られるのがいやな人もいます。
他の人の検診の様子や結果は、絶対にのぞかないようにしましょう。
②**「言わない」**…他の人の体格や健康状態について、絶対にからかったりしないようにしましょう。
からかわれた人は、とても傷つくかもしれません。