



1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。今年度は昨年度よりもさらに健康に過ごせるようにしましょう☆

さて、新学期が始まったということは…、健康診断が始まります！健康診断を受ける準備はできていますか？自分の体のことをよく知ることのできる機会です。しっかりと臨みましょう。



【今月の姫中花壇】  
ネモフィラ

# ☆健康診断日程☆

| 日時                 | 実施項目                           | 対象          | ひとこと                       |
|--------------------|--------------------------------|-------------|----------------------------|
| 4月12日(水)<br>13:30~ | 歯科検診                           | 全学年         | ・みがき残しのないように、よりていねいな歯みがきを！ |
| 4月14日(金)<br>2校時    | 身体測定・聴力検査・視力検査                 | 全学年         | ・めがねを持っている人はめがねを忘れずに！      |
| 4月26日(水)<br>14:00~ | 内科検診(耳鼻科検診・運動器検診・眼科検診・結核検診を含む) | 全学年         | ・お風呂で体をきれいにしておきましょう。       |
| 5月16日(火)<br>8:30まで | 検尿一次                           | 全学年         | ・朝起きてすぐの尿をとる！<br>・絶対に忘れない！ |
| 5月23日(火)<br>8:30まで | 検尿二次                           | 未提出者<br>対象者 | ・提出できない人は柴田まで言いに来てください。    |
| 5月31日(水)<br>14:00~ | 心臓検診                           | 1年生         | ・体育服を忘れずに！                 |
| 4月~5月<br>昼休み       | 色覚検査                           | 2年生<br>希望者  | ・日にちが決まり次第、すぐにお知らせします。     |

## 校医さんの紹介

1年間よろしくお願ひします！

＜学校医＞  
村上 真人 先生(村上医院)  
＜学校歯科医＞  
竹中 誠也 先生(竹中歯科医院)  
＜学校薬剤師＞  
本田 晃洋 先生(くらしの薬局)  
今年もよろしくお願ひします。

姫戸中学校4年目になりました。「先生、ヒマろう。」と生徒によく言われますが、私がヒマであるということは、みんなが健康に過ごしてくれている証拠です！この一年間も、私がヒマに(みんなが健康に)過ごせるようにしてくれることを期待しています！  
(本当はヒマではないのですよ！)

-Profile-  
名前：柴田美紅  
好きな色：ピンク  
好きな食べ物：苺、牛すじ煮込み、ラーメン  
趣味：カメラ📷



|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>目的</p>  <p>ケガをしたときの救急処置</p>        | <p>目的</p> <p>だいじょうぶ?</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>                               | <p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p> | <p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p> |
| <p>注意</p>  <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p> | <p>保健室を利用するときの約束</p>  <p>必要ときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p> | <p>注意</p>  <p>内服薬は出せません</p>   |   |
| <p>ルール</p>  <p>先生にことわってから来る</p>       | <p>ルール</p>  <p>入室退室時にはあいさつ</p>  | <p>ルール</p>  <p>室内では静かに</p>     | <p>ルール</p>  <p>備品等に勝手に触らない</p> |



## マスクの着用について



「児童生徒及び教職員については、学校教育活動に当たって、マスクの着用を求めないことを基本とすること。」とされています。しかし、感染症流行期や、校外学習等で医療機関・高齢者施設等を訪問する場合には、マスクの着用が推奨されます。

### ※注意点1※

これからは、**マスクの着用をするもしないも、自分とおうちの方の判断**ということになります。マスクをしている人に、マスクを外すことを強要したり、マスクをしていない人に、マスクを着用することを強要することのないようにしてください。

### ※注意点2※

マスクをしなくてよくなったからといって、世の中に存在するウイルスの感染力が弱くなったわけではありません。換気や手洗いなどを行っていないければ、感染症には感染する可能性が非常に高くなります。この3年間で身に付けた**感染対策は引き続き行っていく**ようにしてください。

## 健康観察表の提出は引き続き…!

マスクの着用は個人の判断になっていますが、毎朝の健康観察表の提出は引き続きお願いします。毎朝自分の体調を確認するというのは、大人になってからも続けてほしいことです。また、毎日体温を測ることで自分の平熱を知ることもできます。

自分の健康は自分で保つしかありません。健康に過ごすためのスキルを今のうちに身に付けておきましょう。

自分の平熱を調べてみよう!

