

# ほけんだより



令和6年4月11日

合志楓の森中学校 保健室

文責 橋爪 昭子

ご進級・ご入学おめでとうございます。新たな環境で、新しい仲間との生活が始まりますね。本校4年目になります養護教諭の橋爪昭子です。どうぞよろしくお願いいたします。これから始まる健康診断で自分の健康について考え、楽しく元気に過ごしていきましょう。

## 健康診断が始まります 4月の予定

### ・4月23日(火) 体位測定

項目:身長・体重・視力・聴力

対象:全学年

持ってくるもの:夏の体育服、

使っている人はメガネ・コンタクト

## 今年度お世話になります 学校医の先生

学校医: 中川 和子 先生  
学校医: 片山 功夫 先生  
学校歯科医: 佐藤 弘法 先生  
学校薬剤師: 大塚 智仁 先生

## 保健室の利用について

保健室では騒がないでね!

学校でケガをしたり体調が悪くなったときに  
応急手当や一時休養ができます

こんなときにもぜひ  
保健室へ来てください

手当の際に「いついつから」  
「どこが」「どうしたのか」など、  
自分の状態を  
説明してください。

体や心、健康について  
知りたいことがあるとき

休養は原則1時間です。  
よくなるしないときは  
早退を勧めます。

困ったことや相談したい  
ことがあるとき

身長や体重などを  
測りたいとき

※保健室では内服薬をあげたり、  
翌日以降の継続した手当ではできません。

また、緊急でないときは休み時間に利用するようにしてください。

### 忙しい新年度…



休息・リラックスが大切

昨年度もたくさんの人たちが身長を測りにきていました。昼休みの方がゆっくり測れますよ。身長計は大事にあつかってね!