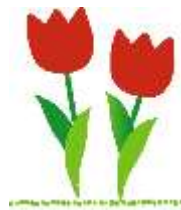


健 や か

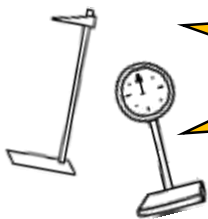


平成31年4月4日
日進市立日進西中学校
保健室

4月の保健目標

自分の健康状態を知ろう

みなさん、入学・進級おめでとうございます。新しいクラスや新しい友達との出会いにドキドキしているのではないのでしょうか。楽しい学校生活を過ごせるよう、心とからだの健康に気を付けて生活していきましょう。保健だより「健やか」でも、健康についてみなさんにお伝えしていきますので、お家の人と一緒に読んでくれると嬉しいです。



健康診断が始まります！



どうして健康診断をするのかな？

自分のからだについて 知るため



自分のからだの成長を知ったり、異常がないかを確認したりします。

病気を早く見つけて、 早く治療するため



検査や検診を通じて、具合のよくないところを見つけ、悪化を防ぎます。

自分のからだや健康に 関心をもつため



健康診断をきっかけに、自分のからだや健康に関心を持ち、健康の維持につなげます。

健康診断を正しく受けるために



前日はお風呂に入って、体を清潔にしておいてください。



提出物は期限に遅れないように提出してください。



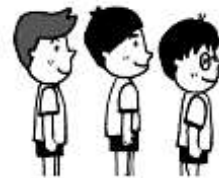
じゃまにならないように、髪の毛はまとめておいてください。



前日は早めに寝て、体調を整えておいてください。

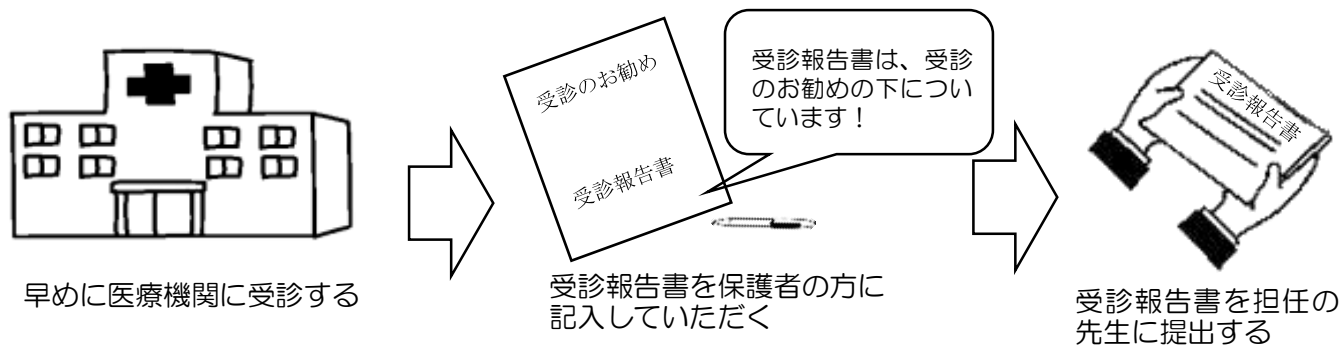


手足のつめを短く切っておいてください。



検査中・移動中は静かにしてください。

受診のお勧めをもらったら



「健康診断の結果のお知らせと受診のお勧め」は、受診が必要と思われる人に渡します。
受診の勧めをもらったからといって、必ずしも異常があるとはかぎりません。

保健室の利用について

保健室はどんなところ？

- けがをしたときに応急処置をします。
(内服薬は副作用が出る場合があるため渡しません。症状が長引く場合は、病院で受診してください)
- 学校で気分が悪くなったときに、休むことができます。
- 健康について詳しく知りたいときに、相談に来てください。
- 心やからだのことで悩んでいること、困ったことがあるときに、相談に来てください。

保健室は中棟1階、
昇降口の隣にあります。



保健室で守ってほしいこと

- 保健室に行くときは、先生に伝えてから来てください。
- 利用するときは、学年、組、名前、保健室に来た理由を養護教諭にはっきり言うてください。
- 利用したら、「病気の記録」「けがの記録」を記入してください。
- 体調の悪い人がベッドで休んでいる場合もあります。静かに利用してください。
- 保健室内の器具を使いたい人は、養護教諭に声を掛けてください。



養護教諭は、岡田美波と小室勢子です。
みなさんが健康で心豊かな学校生活を送れるようにサポートしていきます。
よろしくお願いします♪



MINAMI. O



SEIKO. K