



令和5年 4月号  
武里中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。  
新しい学年、新しい友だち…。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、みなさんが健康に生活できるよう応援しています。



## 体も心も 毎日成長しています

身長や体重みたいに大きさをはかることはできませんが、体と同じようにみなさんにはどんどん育っているところがあります。それは一体どこでしょうか？

誰かと関わったり、新しい出来事に出会って考え感じたりする…。そんな1日1日の積み重ねで、みなさんの「心」は少しずつ大きくなっているのです。

睡眠や食事が体に必要なように、心の成長にも必要なものがあります。例えば…



心は一人ひとり違って、成長の仕方でもそれぞれです。自分の心も相手の心も大切にしながら過ごせるといいですね。

## 健康診断の目的は…？

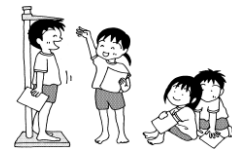


- その **1** 自分の成長や健康状態を知る
- その **2** 病気の疑いがないかを調べる
- その **3** 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう！

## 〈健康診断日程〉

○発育・視力・聴力	4/12(水) 9:00~	全学年
○眼科検診	5/11(木) 13:30~	1年生、3年生
○歯科健診	4/20(木) 9:00~	3年生、2-1、2-2、特別支援学級
	4/27(木) 9:00~	1年生、2-3、2-4
○内科検診	5/ 8(月) 13:15~	1-4、1-5、3-1
	5/12(金) 13:15~	2年生、1-1、1-2、1-3
	5/16(火) 13:15~	特別支援学級、3-2、3-3
	6/ 2(金) 13:15~	3-4、3-5
○心臓検診	5/19(金) 13:30~	1年生
○尿検査(一次)	5/19(金)・22(月)	全学年
(二次)	6/ 5(月)	一次陽性者、未提出者



### はじめまして！ 保健室ってこんなところ

こんにちは。養護教諭の 高田 芳美 です。

みなさんが心も体も健康で過ごせるようにサポートしていきます。一年間よろしくお祈りします。

#### だれが使う？

だれでも使える場所です

ただ、ケガ・体調の具合によって、順番通りに対応できないときがあります。思いやりの心で協力をお願いします！

#### いつ使う？

こんなときは来てください

- ケガをした
- 体調がわるい
- 悩みや相談事がある
- 体や心について知りたい

#### どうやって使う？

守ってほしいルールがあります

入室するときは先生に伝えてから

何も言わずにいなくなると、周りのみんなが心配します。

ケガのことを教えてください

「いつ・どこで・何をしています」の情報でどんな手当をするか判断します。

保健室の中では静かに

しんどくて休んでいる人がいるかもしれません。

使うときは声をかけて

保健室のものは勝手に触らず、使ったら元の場所に。

## お世話になる学校医さんです！

内科	岡田 新司先生 (岡田医院)
内科	遠藤 賢先生 (武里脳神経外科)
眼科	杉浦 康広先生 (杉浦眼科医院)
歯科	吉井 亨先生 (アイリス歯科)
歯科	浅子 聡先生 (浅子歯科医院)
薬剤師	古関 淳子先生 (クオール薬局)

