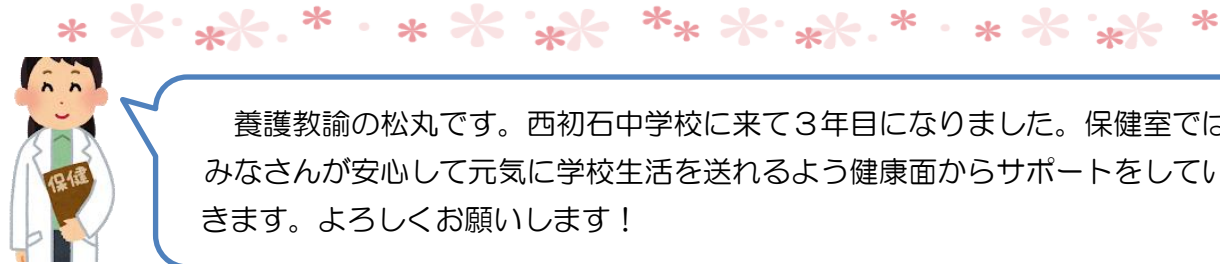


保健だより 4月

令和3年4月8日
流山市立西初石中学校
保健室

入学・進級、おめでとうございます！

いよいよ新学期が始まりました。新しい教室、新しい先生、新しいクラスメイト。みなさんは新しい気持ちでいっぱいなことでしょう。新学期は緊張で疲れもたまりやすく、春とはいえ、まだ肌寒い日もあります。健康に気をつけて、まだまだ続く感染症対策も忘れずに行い、1年間を元気に過ごしましょう！



健康診断・はじまります

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス
事前のお知らせをよく読んで
積極的に受けましょう



～健康診断の日程について～

4月12日(月) 身体測定
※メガネをかけている人は忘れずに！
4月14日(水) 内科検診
4月15日(木) 歯科検診
4月22日(木) 眼科検診
※メガネをかけている人は忘れずに！
5月13日(木) 耳鼻科検診
6月9日(水) 心臓検診
(対象1年生)

今年度お世話になる学校医・薬剤師の先生です

内科	小野クリニック	小野 伸夫 先生
眼科	さとう眼科	佐藤 直樹 先生
耳鼻科	初石耳鼻咽喉科医院	仲秋 功司 先生
歯科	ファミリー歯科	武田 貢 先生
薬剤師	わかば薬局	野沢 優之 先生



生徒の健康管理について

新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。引き続き、各家庭でも健康管理についてご協力をお願いします。

○毎朝の検温と健康観察カードへの記入

- ・**熱、または風邪症状がみられるときは、登校せず、自宅で休養して下さい。**その場合は欠席扱いにはなりません。※花粉症の症状等、すでに治療中の症状の場合はその旨を記入してください。
- ・「健康観察カード」は**毎朝登校時に教室で提出**します。
- ・忘れた場合は、教室に入らず、職員室前で検温とカードの記入を行います。



○学校での感染予防

- ・登校後に発熱、または風邪症状がみられる場合は、早退の措置となります。生徒を安全に下校させるため、原則、保護者の方に迎えに来ていただくこととなります。
- ・登校時および体育や清掃後、給食前後等の石けんでの手洗い、各教室に設置したアルコールでの手指消毒を行います。各ご家庭で**清潔なハンカチ**を持たせてください。
- ・各教室では常に換気を行っています。**服装の工夫**をして、保温に努めてください。

○咳エチケット

- ・咳エチケットについては各家庭で**マスクの準備**をお願いします。



○健康的な生活習慣

- ・バランスのとれた食事、十分な睡眠、適度な運動を心がけ、抵抗力を高めましょう。
- ・環境の変化から、疲れや、体調を崩す生徒もいるかもしれません。少しでも体調不良がみられる場合は無理をせず、早めに休養しましょう。

保護者の皆様へ

大きく環境が変わる新学期、生徒たちは新しい出会いに胸躍らせる一方、張り切りすぎたり、不安を感じたりして、心身ともに疲れやすくなっています。これから一年間、ご家庭と学校で協力しながら、お子様の心身の健康を見守っていきたく思います。何かありましたらいつでもご連絡ください。また、保健関係のプリントや提出物等が多く、お手数をおかけします。いずれも健康に関わる大切なものですので、ご協力よろしくお願いいたします。