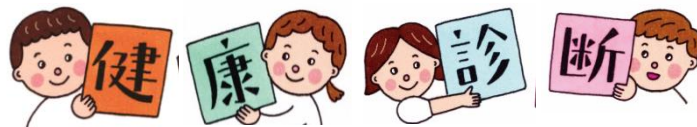


保健だより



邑楽南中学校
保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます。新学期は、環境の変化で緊張が続き、心とからだ
が疲れやすくなります。十分な睡眠と栄養をとって気持ちよく新年度をスタートしましょう。



が始まります🌸

健康診断は、自分のからだに向き合い、健康について考える貴重な時間です。注意事項を
よく読んで健診に臨むようにしましょう。

月	日	曜日	項目	対象学年	時間	注意事項
4	11	月	身体測定 視力検査	全学年	1校時 1年 2校時 2年 3校時 3年	・メガネを持っている人は持参する。
	13	水	眼科検診	全学年	13:30~	・コンタクトレンズの人は装用した まま受ける。
	20	水	歯科検診	3年 2年1組	9:00~ 3年1組~	・朝食後歯みがきをしてくる。
	22	金	聴力検査	1・3年	2校時 3年 3校時 1年	・耳垢をとっておく。
	26	火	尿検査	全学年	8:50までに提出	・朝、1番の尿をとってくる。
	27	水	尿検査(予備)	全学年	8:50までに提出	・朝、1番の尿をとってくる。
5	17	火	尿検査2次	該当者	8:50までに提出	・朝、1番の尿をとってくる。
	18	水	尿検査2次 (予備)	該当者	8:50までに提出	・朝、1番の尿をとってくる。
	23	月	内科検診	3年	13:30~	・女子は長袖運動着を用意する。
	25	水	歯科検診	2年2組 1年	8:50~ 2年2組~	・朝食後歯みがきをしてくる。
	30	月	耳鼻科検診	2年	10:00~	・耳垢をとっておく。
6	9	木	貧血検査	2年	9:00~	
	13	月	内科検診	2年	13:30~	・女子は長袖運動着を用意する。
	15	水	心臓検診	1年	10:15~	・男女ともに前開きのジャージを用意 する。
	20	月	内科検診	1年	13:30~	・女子は長袖運動着を用意する。

予定されている検診は、コロナの関係で延期となる場合があります。ご理解・ご協力よろ
しくお願いいたします。



学校医の先生方

内科	寺内 政也 先生 (寺内医院)
眼科	藤原 一哉 先生 (ふじ眼科クリニック)
耳鼻科	渡辺 健二 先生 (在宅)
歯科	浅沼 文子 先生 (浅沼歯科医院)
薬剤師	三澤 晴代 先生 (うさぎ調剤薬局)



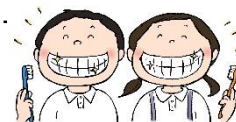
1年生の皆さん初めまして🌸養護教諭の岸野志織です。
2・3年生の皆さん、今年度もよろしくお願い致します。保健室からみなさんの心とからだの健康を見守り、サポートしていきます。「保健室に来ると、ほっとする」と言ってもらえるような保健室を目指しています。病気やケガだけでなく、悩みがある場合にも保健室を利用してくださいね。

みんなの保健室 ルールやマナーを守って利用しましょう

<p>ケガの応急手当や 具合が悪い時の一時休養に</p>	<p>体や心の健康について 知りたい時・調べたい時</p>	<p>悩みを抱えている時</p>
<p>できるかぎり先生に 断ってから利用します</p> <p>おねがい</p>	<p>他の人の迷惑にならない ように 静かに入ります</p> <p>そ〜</p>	<p>保健室にあるものは 一声かけてから使います</p> <p>はか〜ま〜す</p>

毎朝の健康観察を行い、朝から体調がおかしいなど感じる場合は、家庭で休養し、翌日元気に登校できるよう回復に努めてください。自分の健康を気遣うことは、邑楽南中全校生徒の健康を守ることにもつながります。

歯ブラシ・コップ持参のおねがい



長柄小と邑楽南中は、令和1、2年度に「生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進校」の群馬県代表となって以来、歯と口の健康づくりを強化してきました。生徒・保護者の皆様のご理解、ご協力のおかげで、治療率も上昇し、歯科検診でむし歯を指摘される生徒も減少しています。昼食後には歯磨きタイムを設定していますので、引き続き、歯ブラシ・コップの持参をよろしくお願いいたします。今年度も、歯と口の健康を維持できる生徒を育てていきたいと考えています。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。