保健だより

ポレポレ

平成２５年 ４月 １０日
第 １ 号
鎌ケ谷市立第二中学校
保 健 室 発 行

ポレポレとは、スワヒリ語（アフリカの言葉）で『あせらずゆっくり、自分のペースを大切に』という意味です。

入学・進級おめでとうございます。新年度になりました。校庭の花たちも満開を迎え、新たな気持ちになる ４ 月。気候もだんだんと暖かくなり過ごしやすくなってきています。一方で、朝晩の気温の変化で体調も崩しやすくなります。毎日しっかり睡眠をとって元気に過ごせるように心がけましょう。

４月 健康診断予定

健康診断は健康状態を知るために必要な検査・検診です。この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、日々の生活が健康に送れるように心がけましょう。

健康診断の日程は下記のようになっています。日にちを間違えないように確認をしてください。

日にち	検診	１年生	２年生	３年生	注意
4月12日(金)	発育測定	○	○	○	体操服持参
18日(木)	歯科検診			○	10:00～（若草学級も実施）
23日(火)	尿検査1次	○	○	○	20 日（土）配付
25日(木)	歯科検診		○		9:00～
26日（金）	眼科検診	○	△	△	2、3年生は該当者です。13:10～
5月１日(水)	モアレ検診	○			11:00～
２日(木)	歯科検診	○			9:00～

ちょこっと5月
１年生は注意してください

健康診断や環境衛生検査でお世話になる先生方です。

〈内科〉 畑 衛先生（畑医院） 石川宏貴先生（石川整形外科）
〈歯科〉 高澤延幸先生（高澤歯科） 上野昭代先生（あき歯科）
寺本一郎先生（寺本歯科）
〈耳鼻科〉 内藤義弘先生（内藤耳鼻咽喉科）
〈眼科〉 有本慎吾先生（有本眼科）
〈薬剤師〉 高橋由紀子先生（わかば薬局鎌ケ谷店）

健康診断を受ける時の注意

保健室利用のマナーとルール

保健室 ルールを守って使ってください

保護者のみなさまへ

欠席するときは・・・

○登校時間（８：１０）までに、できるだけ生徒手帳にてご連絡ください。

○理由もお知らせください。体調不良の場合、必ず症状や体温もお知らせ下さい。医療機関に受診した結果、学校感染症と診断された場合は、その旨をお知らせください。

保健調査票について…

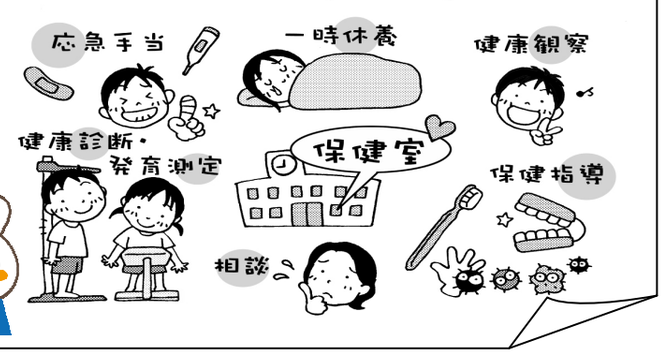
○「保健調査票」を配付しました。「保健調査票」は、健康状態の把握や、学校で具合が悪くなったときの早退連絡や、けがをしたときの緊急連絡先としても使用します。緊急連絡先、持病の経過、薬の副作用やアレルギー反応等、確実に記入をお願いします。提出期限は、配付時にお知らせいたします。

保健関係提出物について…

○健康診断が始まり、さまざまな提出物があります。健康状態や健康診断の、大切な手がかりになるものなので、必ず期限までに提出してください。また、提出する前に、名前・記入もれ・ハンコの押し忘れがないかをチェックしてください。

初めまして！保健室の神田です

今年度もみなさんが日々力を発揮できるように、保健室から健康と安全をサポートしていきたいと思います。みなさんと一緒に１年間元気に過ごしていきます。よろしくお願いします。

うさぎが好きです！

みんなの元気、応援します！