

保健だより 4月



R4.4.28(木)発行 愛宕台中学校 保健室

忙しい…でも、自分のペースで

新年度から1ヶ月、そろそろ疲れが出てきていませんか。新しい環境や人間関係は、自分が感じる以上に心身の疲れを呼び込みます。どうか自分のペースを見失わずに少しずつ慣れていってくださいね。

不安な気持ちが大きいときは、相談できる人に話してみましょ。担任の先生教科の先生、部活の先生、スクールカウンセラーなど、学校内にもたくさん頼れる人がいることを忘れないでください。

困ったときには保健室でも話を聞くことができます。
気軽に相談に来てくださいね。



健康診断 まだまだ続きます！

今後の健康診断日程

月 日	内 容	対象学年	時 間	備 考
4月28日 木	腎臓検診一次(尿検査)	全員	朝回収	提出できない場合は5/11(水)に提出です。
4月28日 木	結核検診問診票配付 運動器問診票配付	2・3年生	5/12(木) 提出締切	お家の人に書いてもらってください。
	貧血検査同意書配付	全学年		
5月6日 金	心臓健診	1年生	13:40～	当初の予定から変更になっています。 <u>バスタオルを必ず持ってきてください。</u>
5月18日 水	眼科健診	全学年	13:30～	

その悩み事、1人で悩まないで！

スクールカウンセラーについて

「カウンセリング」と聞くと、身構えてしまいがちですが、相談の内容は日常の些細な悩み事でも大丈夫。スクールカウンセラーの先生は、みなさんの心の整理をして、穏やかな気持ちを取り戻すためのお手伝いをさせていただきます。

ざわざわする心を心をホッと落ち着けるために一度相談してみませんか？

掛川 文洋先生

次回の来校日

5月31日(火)

相談したい人は担任の先生または
保健室まで！



本年度も愛宕台中学校の保健室から、お子さまの心身の健康の保持増進に携わることができること、大変嬉しく思います。お子さんが毎日安心して通うことができるよう、できる限りのサポートをさせていただきます。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

ほけんだよりでは、主に

- お子さまの保健活動の様子
- 保健に関するお知らせ
- 保護者の皆様へのお願い

を記載いたします。お忙しいこととは存じますが、御一読いただければ幸いです。

健康診断関係の提出文書が複数あります。お忙しいところお手数をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

お子様の健康について心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。

(学校 Tel:71-9029 保健室携帯 Tel:080-1001-5220)