

# 保健だより 4月



令和6年4月19日 愛宕台中学校 保健室

新年度がスタートして約2週間が経ちました。けがや病気だけでなく、お話ししたいこと、心のモヤモヤなどがありましたら、保健室に来てみてください。また、保護者の方も、健康に関する問い合わせがありましたら、ご連絡ください。

今年度の愛宕台中の生徒数は、87名。保健室では、みなさんが心も体も健康に過ごせるようお手伝いします。

今月の保健目標 自分の健康状態を正しく知ろう



## 健康診断 まだまだ続きます！(4月・5月)

4月～6月まで、たくさんの健康診断があります。健康診断は、自分の健康状態を知るためのよい機会です。健康状態を正しく知ること、生活習慣を見直したり、病気の早期発見や予防に役立てたり、健康を増進することにもつながります。

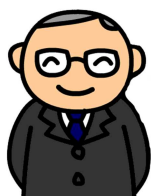
月 日	内 容	対象学年	時 間	注 意 事 項
4/24 水	耳鼻科健診	全学年	8:30	耳あかを取っておく、髪はピンで止める。
4/25 木	歯科検診	全学年	14:00	給食後、忘れずに歯をみがく。
4/25 木	腎臓検診一次(尿)	全学年	朝回収	容器に入れて持参。(起きてすぐの尿) 容器は4/22(月)に配付します。
5/9 木	(予備日①)			
5/14 火	(予備日②)			
5/17 金	貧血検査	希望者	9:40～	後日、同意書を配付します。
5/17 金	眼科検診	全学年	13:30～	コンタクトは外さず、検診のときに申し出る。

# その悩み事、1人で悩まないで！

「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。



## スクールカウンセラーについて



\*\*\*先生

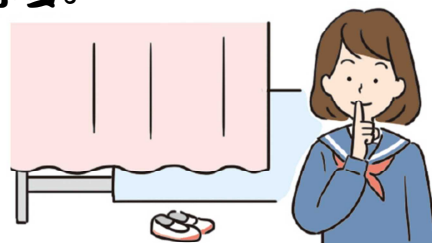
4月・5月の来校日 **4月23日(火)** **5月7日(火)** **5月28日(火)**

- ・相談希望がある方は、担任または保健室までお知らせください。
- ・保護者の方の相談も、お待ちしております。

守ってください!!

## 保健室『使用の心得』七か条

- 一、入室は、担任の先生または次の授業の先生に許可をとる。
- 二、休養は、原則1授業時間。
- 三、保健室にあるものを勝手に使わない。
- 四、保健室は病院ではない。できることは応急手当。
- 五、飲み薬はあげられない。
- 六、休養者に配慮し、声の大きさに注意。
- 七、学校でけがをしたら、必ず報告を。



今年度からお世話になります。養護教諭の\*\*\*\*\*です。  
どうぞよろしくお願いいたします。