

保健だより 4月

美馬中学校保健室
平成31年度



入学，進級おめでとうございます。

平成31年度がスタートしました。みなさんは，今年1年どんな1年にしたいですか？中学校時代は，心も体も驚くほど成長します。反面，何かと不安定になりやすい時期でもあります。規則正しい生活を心がけ，運動・栄養・休養をしっかりととりましょう。「保健だより」では，保健に関するいろいろな行事や心と体の健康についてお知らせしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお祈ひします。



学校では，これからの中学校生活を健康でより充実したものにするために，健康診断を行います。調子の悪いところが見つければ，病院に行って治療や再検査を受けてください。

***** 保健室の利用について *****

次のようなときは，遠慮せず保健室に来てください。

- 体調が悪いとき
- 体や健康に関することを知りたいとき
- 身長や体重，体脂肪率を計りたいとき
- 不安や心配事があるとき



保健室で休養しても回復しない，授業が受けられないような場合は，保護者の方に連絡をしますので，迎えをお願いします。病院でみてもらったり，家庭でゆっくり休んだりして，元気になったら登校しましょう。

4月に行う健康診断の日程・準備物について

○身体測定・視力測定

4月12日(金)

準備物 体操服，メガネ，ハンカチ

*ハンカチは，視力検査で目をおおう時に使ひます。

○尿検査(1回目) 4月16日(火)

(予備日) 4月23日(火)

*大切な検査です。必ず忘れないように持ってきてください。なお，再検査は5月15日です。

○聴力検査(1・2年生) 4月16日(火)

(3年生) 17日(水)

*耳あかをとっておきましょう。

○内科検診(1年生) 4月19日(金)

〈学校医 木下雅俊先生〉

(2年生) 4月22日(月)

〈学校医 木下学先生〉

(3年生) 4月23日(火)

〈学校医 折野先生〉

準備物 体操服

*保健調査票と結核問診票は内科検診の時に使ひますので，提出期限 4月12日(金)までに出してください。



歯みがき習慣続けましょう

*1年生のみなさんへ

給食後，歯みがきをしましょう。歯みがきセットを持ってきてくださいね。

*2，3年生のみなさんへ

今までどおり歯みがきを続けましょう。



スポーツ振興センター

加入及び支給手続きについて

スポーツ振興センターとは，学校の管理下における児童生徒の災害に対して，災害給付を行うものです。

○スポーツ振興センターの掛け金について

・4月の集金で集めます。

○スポーツ振興センターの支給手続き

授業，部活動，登下校中などにケガをして病院へ行った場合は，学校まで連絡をしてください。必要な書類をお渡ししますので，病院で記入していただき，学校まで持ってきてください。ただし，病院での支払額「1，500円以上」が支給対象です。



◎学校管理下でのけがの場合は，みまっこ医療助成制度は使用せず，スポーツ振興センターを優先してください。

