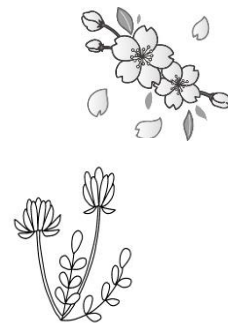


ほけんだより 4月号

令和4年4月11日（月）
港区立高松中学校 保健室
養護教諭 岩田唯奈



1年生のみなさん、入学おめでとうございます。

2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。

新型コロナウイルスにおいてもまだまだ油断できない状況ですが、手洗いやマスクの着用、定期的な換気など、基本の感染対策を続けていきましょう！1年間、よろしくお願いいたします。

朝の健康チェック

家から出る前に、自分自身の健康状態を確認しましょう！一日元気に過ごせる状態ですか？

- | | |
|----------------------------------------|------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> すっきり目覚めましたか？ | <input type="checkbox"/> 睡眠は十分ですか？ |
| <input type="checkbox"/> 朝ごはんは食べましたか？ | <input type="checkbox"/> 顔色はどうですか？ |
| <input type="checkbox"/> 頭痛や腹痛はありませんか？ | <input type="checkbox"/> 咳やくしゃみはしていませんか？ |
| <input type="checkbox"/> トイレに行きましたか？ | <input type="checkbox"/> 熱はありませんか？ |

毎日を元気に過ごすには生活リズムを整えることが大切です。まずは早寝早起きを実践しよう！

4月の健康診断の予定

4月から6月末まで、定期健康診断が行われます。これは、みなさんの身体の発達を確認します。また、異常や病気がないか調べるととても大切な機会です。

12日（火）	身体計測	全学年	*体操着を忘れずに！
13日（水）	尿検査	全学年	*登校したら、すぐに保健委員へ提出！
19日（火）	尿検査（予備日）	該当者	*登校したら、すぐに保健委員へ提出！
	心臓検診1次	1学年・該当者	*体操着を忘れずに！
22日（木）	内科検診	全学年	*体操着を忘れずに！

保護者の方へ

お子さまの入学・進級おめでとうございます。

4月から高松中学校の養護教諭になりました岩田唯奈（いわたゆいな）です。健康で安全な学校生活が送れるよう、保健室からサポートしていきたいと思います。お子さまの健康状態などで気になる点がありましたらご連絡ください。

定期健康診断の結果、何らかの異常や疾病が診られた場合には、健康診断結果のお知らせをお渡ししています。受け取られましたら、医療機関にて診察を受けられますよう、お願いいたします。