

# ほけんだより 4月

入学・進級おめでとうございます。いよいよ新年度がスタートします。新しい学年や新しい友達、たくさんの「新しい」があるこの時期は、何か新しいことを始めるチャンスです。前向きな気持ちで毎日を過ごせるといいですね。とはいえ、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。年度初めから体調を崩したり、けがをしまってはせっかくのやる気もしぼんでしまいます。しっかり食べて栄養をとって、よく寝て……。自分のペースを見失わないでください。

## 4月の健康診断の予定

日時		項目	対象	場所
10日(金)	8:45~	身体測定・視力検査	全学年	保健室
13日(月)	8:45~	聴力検査	1・3年生	図書室
16日(木)	8:45~	内科検診	I組・2年生	保健室
17日(金)	9:00まで	尿検査1次	全学年	教室で回収
21日(火)	8:45~	歯科検診	I組・3年生	保健室
22日(水)	9:00まで	尿検査1次追加	17日未提出者	教室で回収
23日(木)	8:45~	内科検診	1年生	保健室
28日(火)	8:45~	歯科検診	2年生	保健室
5月1日(金)	13:15~	眼科検診	I組・1AB・3年生	保健室

## 保健室を利用するときのルールとマナー

保健室はケガや体調不良、健康について学びたい、相談があるときに利用できます

保健室での休養は原則1時間とし、その後の授業の継続ができない場合は、家庭に連絡をして早退することになります。

また、1時間休養した生徒は部活動の参加を見合わせ、自宅で休養をして体調を整えてください。

原則として休み時間に利用しましょう。利用するときは、次の授業の先生に「保健室来室カード」を記入してもらってから来てください。

授業中にけがをした時や具合が悪くなった時は、教科の先生に「保健室来室カード」を記入してもらってから来てください。

**五中生みんなのための  
保健室です。  
ルールとマナーを  
守って使いましょう!**

