# 图时处形式的

令和6年5月 大泉町立南中学校 保健室

新学期がスタートして、1ヶ月が終ちましたね。新しい学年の生活には慣れましたか?

5月は、だんだんと疲れが出始める時期です。疲れは『からだ』だけではなく、『心』にも出てきます。ゴールデン ウィー1を活用して、リフレッシュしてください。ただし、生活リズムが崩れて、連休明けに「朝起きられない」、「学 校めんどくさい 、、「学校行きたくないな~ 。ってならないように、メリハリをつけて過ごすようにしてください。

## 先生たちのリフレッシュ方法は・・!?



岸和田先生 バスケの応援 頑張れ~!!!

角田先生 いろいろな事に





山下先生 カラオケでストレス

買い物でリフレッシュ

野田先生



あなたのリフレッシュ方法は



## 用った時は

何かな!?

失日、初めてバスケットの試合を観に行きました。 バスケットのルールを全然知らない、田中先生でもとても楽し めました。エンターテイメント性って大切なんだなと実感した一日で した。そして、次の日は有名なバイオリンニストのコンサートに またまた太田に行きました。しかも前から2番目の真ん中!!

聴きに行った人は居ませんでしたか~??

初めてのクラシック演奏でしたが、とにかく すごかったです。演奏もトークも一流でした。 同じょうに、バスケットの試合を観に行った人やバイオリンを

最近の話

困った事があったらいつでも保健室に 来てください。すぐに、解決できないこ ともあるけれど、一緒に考えることはで きます。どの学校に行っても絶対にみ んなに伝えている事です。

小学生に困った時は保健室に来てね と伝えると、かわいい 1 年生は「先生 が教室にこないよ~」「〇〇くんが~」と かわいい困りごとをたくさん教えてくれ ました。

### 健康診断の日程

月	B	曜	項目	該当学年	時間	備考
5	8	水	尿検査(再)	該当者	1 校時まで	朝起きてすぐの尿を採取
	9	木	尿検査(再)	前日忘れた人	1 校時まで	※忘れないように!朝のうちに提出!
	10	金	内科検診	1 年生	13:30~	半袖体操着
	21	火	歯科検診	1 年生	13:30~	給食後の歯磨きをしっかりする
	22	水	眼科検診	全学年	13:30~	コンタクトの人は申し出る
	28	火	歯科検診	2 年生	13:30~	給食後の歯磨きをしっかりする
	30	木	耳鼻科検診	2年生	9:45~	家で耳掃除、事前に鼻をかむ
6	4	火	貧血検査	2年生(希望者)	10:30~	
	6	木	内科検診	2年生	13:30~	半袖体操着
	17	月	心臓検診	1 年生	9:30~	女子は夏服の制服上を用意

# 受診のおすすめについて



\*学校で行う健診は早期発見・早期治療を目的としたスクリーニングです。\*

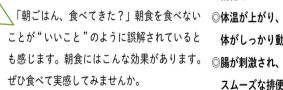
歯科検診の結果は全員に配布しますが、それ以外の結果は「受診の必要な人」にのみ配布 します。特に受診の必要のない人は通知表と一緒に全ての結果を配布します。先に結果が 必要な人は個別に保健室に来てください。

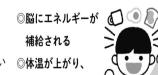
|「受診のおすすめ」を受け取った人はなるべく早く医療機関を受診するようにお願いします。 また、受診した結果を必ず担任の先生か保健室に提出するようにしてください。

|\*受診した結果、「異常なし」「経過観察」と診断される事もありますがご承知おきください。|

## 暑い日が多くなるこれからの時 期は、塩分も朝ご飯で 一緒にとれるといいですね。 おすすめはお味噌汁・スープなど

## 食べて実感! 朝食の効果





- ## ## ## ## ## ## ## ## ##





体がしっかり動く



☆水筒も持ってきてね☆