

保健だより 5月



令和6年5月
植木北中学校 保健室

夏の始まりを意味する「立夏(5月6日頃)」を迎え、熱中症が心配される時期になりました。まだ、みなさんの体は暑さに慣れておらず、熱中症のリスクが高まります。十分な睡眠をとる、きちんと3食食べる、水分をこまめにとるなど規則正しい生活を送って、体調管理に努めましょう。

※お知らせ※

身体測定(身長・体重・視力・聴力)の結果は、前期通知表と一緒に配付します。また、すでに終了している検尿、眼科検診については、対象者には検診結果を配付しています。検診結果が届かなかった人は、**異常なし**です。



今後の日程



日時	検査項目	対象者	持参物	留意事項
6/11(火) 13:00~	歯科検診	全学年	歯ブラシ	歯科医の添田先生に歯、歯並び、歯肉の状態を診ていただきます。 <u>給食後の歯みがきは必ず行いましょう。</u>
6/18(火) 13:30~	耳鼻科検診	1・3年生		今年度新しく、耳鼻科の校医になられた、前原耳鼻咽喉科医院の前原先生に、耳や鼻の状態を診ていただきます。

お願い

定期健康診断は、みなさんの成長や健康面での異常を早期に発見することができるチャンスです。健康的に学校生活を送ることに支障が出てくることもありますので、「結果のお知らせ」をもらった人は、早めに医療機関での受診をしましょう。また、受診後は、結果のお知らせに記載されている、「検診連絡表」を保健室または担任の先生まで提出してください。

スクールカウンセリングのご案内

今年度も昨年度に引き続き、スクールカウンセラー(SC)の 渋谷 安紀子 先生 がいらっしゃいます。家族や先生、友達には話しにくいことがあるときや、なんとなく気分がモヤモヤするときなど、気軽にお話をすることができます。相談した内容の秘密は厳守されますので、どのようなことでも安心して相談してください。

月に1~2回、金曜日の午前中に来校されます。渋谷先生とお話をしたいときには、担任の先生か、保健室に声をかけてください。

SCは保護者の方からのご相談にも応じております。お気軽にご利用ください。

