

ほけんだより 4月号

伊万里市立伊万里中学校
保健室：坂口、辻
令和6年4月8日発行

新学期がスタートしました！新しい学級、新しい友だち、新しい先生…とワクワクですね。春は出会いの季節です！たくさんの出会いを大切にしながら1日1日を過ごしましょう。学校に毎日元気に来ることができるようにするためにも、体調管理をしっかりと行うことが大切です。早寝・早起き・朝ごはんなど、規則正しい生活リズムを心がけてみましょう。また、時間に余裕をもって行動することで、焦らず、落ち着いた生活ができるかと思えます。良いスタートを切るためにも、楽しく過ごすためにも見通しをもって1日を過ごしましょう。

健康診断の日程について

4月11日(木)	発育測定	2年生	5・6時間目	※メガネ使用者は必ず持ってくる
4月12日(金)	発育測定	3年生	5・6時間目	※メガネ使用者は必ず持ってくる
4月16日(火)	発育測定	1年生	5・6時間目	※メガネ使用者は必ず持ってくる
4月24日(水)	歯科検診	13:30~	全学年	
4月25日(木)	尿検査(1回目)	全学年		
5月10日(金)	尿検査(2回目)	該当者のみ		
5月23日(木)	心臓検診	13:30~	1年生のみ	
5月27日(月)	内科検診	13:30~	3年1組・2組・3組	
5月30日(木)	眼科検診	13:30~	全学年	
5月31日(金)	内科検診	13:30~	3年4組・5組、2年1組	
6月4日(火)	内科検診	13:30~	2年2組・3組・4組	
6月6日(木)	内科検診	13:30~	2年5組・1年1組・2組	
6月7日(金)	内科検診	13:30~	1年3組・4組・5組	
6月11日(火)	耳鼻科検診	13:30~	3年生	
6月13日(木)	耳鼻科検診	13:30~	2年生	
6月14日(金)	耳鼻科検診	13:30~	1年生	



※欠席者は、各医療機関を受診することになりますので、
できるだけ欠席のないように、よろしくお願いします。

保健室はこんな場所です



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように全力で体と心の健康をサポートします。

『特別な場所』ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てください。みなさんが誰でも利用できるように保健室のルールは守るようにしましょう。

心がつらいときも…

- ・保健室は応急処置を行う場所ですが、心がつらいときも来てください。
- ・自分の居場所がないと感じた時、保健室の先生に話しかけてみてください。
- ・あなたの話をていねいに聞きます。周りの大人に言えないことも相談してみてください。
- ・保健室はあなたの気持ちを素直に表現してもいいところです。
- ・あなたが少しでも笑顔になることが保健室の先生の望です。



伊万里中の保健室利用時のルールについて(2～3年生は再度確認！)

保健室

●保健室を利用するためには許可証が必要です。

許可証は学年室の先生か授業の先生に書いてもらいます。※先生に必ずサインをもらってきてください。
(鼻血や捻挫など、急いで手当が必要な場合は許可証なしで対応したいと思いますが、授業の先生や周りの友だちに、保健室に行くことを必ず伝えてから来るようにしてください)

●保健室に飲み薬はありません(置いていません)

片頭痛や、生理痛がひどい人などは各自で薬を用意してください。

●ケガの処置は原則、当日のものだけです。

包帯持参の巻きなおしや絆創膏持参の貼り直しなどは対応します。

(休み時間内で処置し終わりたいと思っていますので、授業の準備等済ませてから、時間に余裕をもってくるようにしてください)

★保健室に入る時はスリッパを脱いで並べて入ってくるようにしてください！また、ノックをして名前、学年とクラス、どうしたのか(けがをした、体調が悪いなど)を言うようにしましょう。

<今年度の伊万里中学校の養護教諭の紹介>

昨年に引き続き、坂口萌乃(さかぐちもえの)です。伊万里中2年目になります。そして、新たに辻裕美子(つじゆみこ)が赴任しました。今年度は、坂口、辻の2人体制です。よろしくお願いします(^▽^)/