

入学・進級おめでとうございます。

春のあたたかい風が吹き、桜やチューリップ、パンジーなどの花々がきれいに咲いて皆さんの新しいスタートを応援してくれているようです。

春休みが明け、やるぞという気持ちや新しい環境への期待とともに、不安や緊張が多くなるこの時期は知らず知らずのうちに心と体が疲れやすくなります。疲れをとるためには、十分な睡眠をとり心身ともに休養をとるのが一番です。帰宅後の時間を上手に使うて早めに寝ることができるようにしましょう。

養護教諭 岡本 智子



全学年

①健康診断予備調査票

現在の学年の欄に記入してください。各検診の問診票として使用します。該当するものがなければ✓を入れてください。表に印鑑を必ず押してください。

②緊急時連絡カード

記入漏れがないようにしてください。(2・3年生は変更がないか確認してください)

1年生のみ

③独立行政法人日本スポーツ振興センター加入同意書

印鑑を必ず押してください。掛金 460 円は学年費から支払います。

④学校心臓検診問診票

①②③④は封筒に入れて提出してください。4月9日(金) 〆切

《保健室はこんなところです》

- ケガをした時の応急手当
- 体調がすぐれない時の休養
- 体や健康について学びたい
- 心配・悩み事を相談したい



《保健室利用の注意》

- 保健室は応急手当の場のため、継続した手当はできません。
- 内服薬はありません。(薬は自分で用意し、友達同士であげたりもらったりしないようにしましょう)
- 体調がすぐれない時の休養は 1 時間が目安です。

《保健室利用のルール》

- 先生に必ず伝えてから来室しましょう。(保健室利用カードを持ってきましょう)
- 入退室時にはあいさつをしましょう。
- 保健室内は静かにしましょう。
- 備品は許可を得てから使いましょう。

感染症対策のために

裏面に1日の生活の様子を載せています。

新型コロナウイルス感染症が再拡大が心配される中、学校が始まりました。学校では多くの方が集団生活を送っているため、対策をしながら教育活動を行っていきます。

- 朝の体温測定と風邪の症状がないか、健康観察カードに記入し、保護者のサインをお願いします。健康観察カードは一定期間学校で保存し、破棄します。発熱などの症状がある場合は、無理をせず、自宅などで休養するようにしてください。(出席停止となります)遅刻や欠席をする場合は8:15までに電話してください。
- 咳エチケットをしましょう。マスクを着用してください。布マスクでも構いません。
- 早寝・早起き・バランスのとれた食事などで、病気に対する抵抗力を上げましょう。
- 食事の際、トイレの後、外から帰ったときなど、こまめに丁寧な手洗いをしましょう。清潔なハンカチかタオルを毎日持って来ててください。各教室にアルコール消毒液を置いてあります。手洗いの後に使ってください。
- 授業中や休憩時間中に換気を行います。セーターや下着など服装で調節しましょう。



| | | |
|-----|--------------|----------|
| 内科 | 大田垣医院 | 大田垣 博文先生 |
| 歯科 | くろせ歯科クリニック | 黒瀬 寿康先生 |
| 耳鼻科 | 小坂耳鼻咽喉科クリニック | 小坂 史郎先生 |
| 眼科 | まつなが眼科 | 野島 昭徳先生 |
| 薬剤師 | 福山大学共同利用センター | 稗田 雄三先生 |

4月から6月にかけて、たくさんの検査や健康診断があります。

この健康診断は、病気の兆候があるかないかだけでなく、今の自分のからだの状態や成長の様子を知り、より健康な生活をおくるために行います。健康診断の結果、所見があった人にはお知らせを出します。その内容に応じて早めに専門医への受診をお願いします。感染症対策をしながら行いますので、ご協力をお願いします。

| | | | |
|-----------------------------|--------------|------|--|
| 4月20日(火) | 身長・体重測定・視力検査 | 2年 | 聴力検査では耳掃除をしておきましょう。2年生は実施しません。視力検査では普段眼鏡を使用している人は持ってきてきましょう。 |
| | 身長・体重測定・聴力検査 | 1・3年 | |
| 4月22日(木), 30日(金) 5月6日(木) | 視力検査 | 1年 | |
| 4月26日(月), 27日(火) 28日(水) | 視力検査 | 3年 | |
| 4月22日(木), 23日(金) | 尿検査(一次) | 全員 | 朝一番の尿をとります。 |

※4月6日現在の予定です。状況により変更することがあります。