

Health News

2020年4月7日
 小木中学校
 保健だより No.1

1年生11名を迎え、新しい学年での学校生活がスタートしました。保健だより「Health News」は、保健行事や体・心の健康について、お知らせ等をのせます。一年間、小木中学校の25名の生徒1人ひとりが心も体も健康で過ごせるよう願っています。

なかがわ ゆり
 養護教諭の **中川友理** です。

小木中学校二年目になります。みなさんが健康で元気に学校生活が送れるように、お手伝いさせていただきます。一年間どうぞよろしくお祈りします。



4月の保健目標

自分の体の成長を知ろう

学校医の先生を紹介します

内科 瀬島 照弘 先生 (小木クリニック)
 歯科 草山 和人 先生 (草山歯科医院)
 薬剤師 干場 実 先生 (ドラッグ ホシバ)

4月の保健行事予定

8日 (水) 身体計測 (全学年)
 24日 (金) 尿1次検査提出日 (全学年)

健康診断が始まります

健康診断の目的

- ①体がどれだけ大きくなっているか調べるため
- ②病気を早く発見し、早めに治すため
- ③自分の健康状態を知り、これからの生活に役立てるため

明日**4月8日 (水)**は
身体計測 です

身長・体重・視力・聴力を調べます。マイ・ヘルスを持って検査会場を回りましょう!

前の日にしておくこと



お風呂に入って、体をきれいにしておきましょう。



体操服

**メガネ・
コンタクト**

体操服を忘れずに用意しましょう

メガネを持っている人は忘れずに



聴力検査
 (1・3年生)

耳そうじをしておきましょう。

検査を受けるときの注意



静かに一列に並んで待ちましょう。

前の人のやり方をよく見ておきましょう。



あいさつをしっかりとしましょう。「〇〇(名前)です。お願いします。」



人の結果をのぞかないようにしましょう。

髪の毛を結ぶ場合は、頭の上や後ろにこないようにしましょう。
頭の上のピン、ゴムははずしましよ
う。



