

ほしけんだよ



2024. 4. 26

鳥越中学校保健室

入学式を終え、あっという間に月日が流れ、ゴールデンウィークが目前となりました！4月中は修学旅行、金沢研修、遠足、BBQなど、学校を飛び出して様々な経験をしましたね。きっとまたひとつ成長できたことと思います。行事での学びをこれからの学校生活に活かしてください。(私は2年生と一緒に金沢研修に行けてとても良い思い出になりました♡)

4月は楽しい経験をした反面、緊張感も高かったと思うので、心も体も実は疲れがたまっています。ゴールデンウィークで十分にリフレッシュしてくださいね♪

お風呂で 心身ともにリラックス!



お家の方へ

本日お配りした保健調査票の記入をお願いします。この保健調査票は3年間使用します。

保健調査票

提出メ切

5月2日(木)

尿検査

5月1日(水)
5月2日(木) 予備日
朝一の尿をとる



眼科検診

5月14日(火)
前髪は目にかからないように



耳鼻科検診

5月22日(水)
耳掃除をしておこう



内科検診

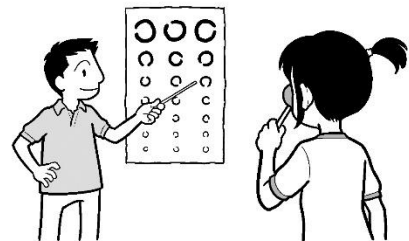
5月24日(金)
前日はお風呂に入る

心電図検査 (1年生のみ)

5月28日(火)
痛くないから安心してね



健康診断は スクリーニング です



スクリーニングとは、集団の中から病気の人や病気になるいそうな人を見つける医学的なよりわけのことです。したがって、スクリーニングで異常が見つかったも、病気が確定したわけではありません。その後の医師の診断によって病気かどうか確定されます。

お医者さんには必ずあいさつをしましょう。お医者さんは小さな音や些細な変化を診てくれます。診察を受けるときも、待っているときも、不要な会話は控え静かに整列しててください。

第3弾 名言おみくじ

今回は漫画の名言大特集！熱い言葉が勢ぞろい！🔥
元気がほしい、やる気を出したい、そんな時に1本引
いてみてはいかがでしょう？

私が第3弾で特に気に入りの名言は、『ブルーピリ
オド』のあの温かい言葉…❀みんなの好きな漫画はあ
るかな？この名言、この漫画もおみくじに入れて！と
いうリクエストも募集中！



第2弾の名言おみくじはお気に入りの物が
あれば自由に持って行ってください♪

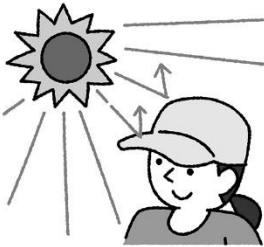
「5月」だけど 5月じゃない!?

「五月晴れ」という言葉があります。
梅雨の間に晴れたときのことで、
「5月のよく晴れた天気」という意味
で使われることが多いです。5月のよ
く晴れた日は、日差しが強いことがあ
ります。寒い冬をすごしてきたみなさ
んのからだは、暑さにまだ慣れていま
せん。そんなときこそ、熱中症に注意！
軽い運動で暑さにからだを慣らして
おく、こまめに水分を
とる、運動をするとき
は休けいするなど、
熱中症予防を心がけて
くださいね。

キャンプ・アウトドアを安心安全に楽しむために



虫刺され防止に長袖長ズボン
で。虫除けスプレーも用意。



紫外線対策・熱中症対策に屋
外では帽子をかぶる。



河川の急な増水に注意。流れ
の速い川には近づかない。

LET'S ENJOY
GOLDEN WEEK!!
ゴールデンウィーク
旅行に行く予定がある
人は安全に気を付けて
楽しい思い出を
作ってください！
お話聞かせてね♪



保健委員会企画

【コンタクトレンズ空ケース回収『eco プロジェクト👁️👁️』】

使い捨てコンタクトレンズのケースは実はとっても大切なリサイクル資
源だということを知っていますか？

白山市が2024年2月にアイシティのこのecoプロジェクトと協定を結
びましたので、鳥越中学校でも空ケースの回収を始めることにしました！自
分はコンタクトをしていないという人も、もしお家に使用している方がいれ
ば、ぜひ協力をお願いしてください。

5月の全校朝礼でみなさんに詳細を説明し、回収を開始しますので、さっ
そく今日から集め始めて大切に保管しておいてください！

このプロジェクトは持続可能な社会を作るために、誰でも簡単に始められ
る取り組みです。ご協力をお願いします🙏

使い捨てコンタクトレンズ空ケース回収についてのお願い

アルミシールは完全にはがし、
残りのないようにしてお持ちください。
※使い捨てコンタクトレンズの空ケース以外は、
回収対象外となります。

回収可能
空ケースのみの状態

回収不可
レンズやアルミシールが残っている