



HAPPY!

瀬田中学校ほけんだより

NO. 1

2023. 4. 24

自分の健康レベルは、自分でチェック

毎朝の習慣に

朝、気分よく起きられた?
眠気は残ってない?

体のどこかに
痛いところはない?

朝ごはんをおいしく
食べられた?

うんちは出た?
コロコロうんちや
ユルユルうんちでは
なかった?

体はだるくない?

肩や首が
つまるような
感じはない?

頭は? のどは?
お腹は?

顔色は
いつもどおり?

熱っぽくない?

ゆううつな
気分はない?

Check!

自分の体調が一番よくわかるのは、自分です。
いつもとちょっと違うなーと思ったら、
体温を測ったり、原因を考えてみましょう。
自分の健康を守るのも自分です。

お世話になる学校医の先生方です
よろしくお願ひします



みなさんの健康を支えてくださって
います。出会ったら、気持ちよいあいさ
つをしましょう!

| | |
|----------------|----------------|
| [内 科] 大森 聖一 先生 | [歯 科] 八木 正樹 先生 |
| 浅井 大介 先生 | 小金澤大亮 先生 |
| 川会 弘美 先生 | 古藤 順一 先生 |
| 道家 智博 先生 | 澤村 昌嗣 先生 |
| 野村 明孝 先生 | 山崎 徹 先生 |
| 松田 明 先生 | [薬剤師] 加藤 裕子 先生 |

[耳鼻科] 矢沢代四郎 先生

[眼 科] 堤 元信 先生

今年度から、まつもとしょうこ やまもとる な
松元晶子と山本留奈が保健室を担当します。
瀬田中のみんなが、心も体もすこやかに『はっぴい!』に過ごせるよう
お手伝いさせていただきます。よろしくお願ひします。



どうして
健康診断を
受けるの？

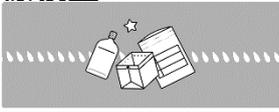
A 体が成長しているか、健康かどうか分かるからです。

A 隠れている病気が見つかることがあるからです。

A 自分の体や健康に関心を持つきっかけになるからです。

【定期健康診断日程】

*感染症流行等により変更になる場合があります。

| | | | |
|---|--|--|---|
| 心電図検査  | 5月 8日 (月) | 1年、その他該当者 | ★体操服を 持ってきてましょう |
| 尿検査  | 1次：5月 9日 (火) 5月10日 (水) 2次：6月 6日 (火) | 1次：全学年 2次：1次検査の結果、 指示があった人 | ★登校したら、すぐに 提出しましょう |
| 聴力検査  | 5月 1日 (月) 5月 2日 (火) 5月12日 (金) 5月15日 (月) 5月29日 (月) 5月30日 (火) | 3年 1年 | ★髪が長い人は、 耳がみえるように しましょう |
| 歯科検診  | 4月27日 (木) 5月11日 (木) 6月15日 (木) 6月22日 (木) 6月29日 (木) | 2-1~2-5 2-6~2-9、1-1・1-2 1-3~1-8 1-9・1-10、3-1~3-4 3-5~3-9 | ★歯をみがいてから 登校しましょう |
| 内科検診  | 4月28日 (金) 5月16日 (火) 5月17日 (水) 6月 6日 (火) 6月14日 (水) 6月21日 (水) | 3-5~3-9 3-1~3-4 2-1~2-5 2-6~2-9 1-1~1-5 1-6~1-10 | ★体操服を 持ってきてましょう ★髪の長い人は、髪を 束ねておきましょう |
| 耳鼻科検診  | 5月23日 (火) 5月24日 (水) 6月 7日 (水) | 3年 2年 1年 | ★髪の長い人は、 耳がみえるように しましょう |
| 眼科検診  | 6月 9日 (金) 6月16日 (金) 6月20日 (火) | 3年 2年 1年 | ★めがねを 持ってきてましょう |