

ほけんだより3月

令和8年3月2日
北大路中学校保健室

寒さの中にも、少しずつ春の気配が感じられるようになってきました。

3年生は卒業、1.2年生は進級を控えていますね。気持ちよく次の学年、新しい環境を迎えられるようこれまでの自分の成長を振り返りながら、次の一歩につなげていってください。

卒業式を迎えるにあたって

- 朝ごはんや排便を済ませておきましょう。
 - 長い靴下を履いたりや制服の下に着込むなど、温かい格好で式にのぞみましょう。もしも卒業式の真っ最中に、めまいや立ちくらみ、気分が悪くなったら…
 - ギリギリまで我慢しない！！
バタンと倒れて頭を打っては危険です。
 - 少しでも症状があれば無理をせずに、すぐに椅子に座りましょう。
 - 頭を下げて、膝を抱えるような姿勢になります。
- 騒がず、焦らず、落ち着いて、近くにいる先生に知らせてください。

～保護者の皆様へお願い～

スポーツ振興センターについてのお願い

学校でのケガで受診したが、まだ手続きをされていない方はおられませんか。災害共済給付を受ける権利は、その給付事由が生じた日から2年間請求を行わないときは、時効により消滅します。

特に多いのが、病院に書類を預けたままで忘れていたケースや、病院からの書類を学校に出し忘れていたことがありますので、確認していただき早めに保健室にお出してください。また、今年度から学校に登録のない通帳に入金をご希望の場合は、通帳のコピーを添付いただくことになっています。申請の手続き等でご不明な点がございましたら、保健室までご連絡ください。

また3年生で学校でのケガなどにより、4月以降も受診が必要な方は、進学先に申し送りをしなければなりませんので、必ず学校までお知らせください。

卒業後であっても令和8年3月受診分までは中学校での手続きになりますので、お早めに中学校の保健室まで書類をご提出ください。

保健室で貸し出した物の返却をお願いします。

保健室で ・お茶、水 ・湯たんぽ ・体操服の貸し出しをしています。
返却がまだのお子様については終業式までに返却いただきますようお願いいたします。

受診のおしらせについて

1 学期に学校で健康診断をしてから受診勧告や未受診の方には受診のお願いの書類を配布させていただきました。受診をしたが書類をまだ学校に提出されていない方がおられましたら提出していただきますようよろしくお願いいたします。

緊急連絡票について

緊急連絡票は、返却しません。緊急連絡先に変更がありましたら、担任までお知らせください。

保健室からの配布物

3 学期の健康の記録と成長曲線を通知表と一緒に配布します。
またお子さまと今までの成長をご確認ください。

保護者のみなさまへ

1 年間 大変お世話になりました。

健診関係の書類の記入や健診結果による病院受診など、いろいろなことにご協力いただき、ありがとうございました。

また、体調不良による早退の連絡やけがの時など、お忙しい中、気持ちよく対応してくださり感謝しております。

子どもたちが健康にいるためには、保護者のみなさまの健康管理がとても大切ですのでご自愛くださいますようお願いいたします。

1 年間ありがとうございました。

北大路中学校 田代 亜希穂 桃原 梨紗