



入学、進級おめでとうございます。1年生は初めての中学校生活、2、3年生は新クラスでのスタートですね。新しい人との出会いに、楽しみと少しの緊張があるかもしれません。まずは、あいさつ、次はもう一言。「そわそわしちゃうね～」と、ちょっとした声を互いに掛け合うだけで、緊張はほぐれていきますよ。少しずつ新しい環境に慣れていきましょう！

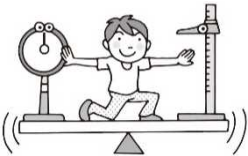
新学期はなにかと疲れやすいです。夜は早めに寝て、一日の緊張をしっかりとほぐしましょう。体を休めると、心も休まるよ♪



お世話になる
校医の先生方です

内科	澤 公成 先生
	篠山 理香 先生
歯科	福永 學 先生
	R5~ 狩野 洋輔 先生
耳鼻科	小林 究 先生
眼科	梶原 良 先生
薬剤師	富田 芳人 先生

* 健康診断が始まります *



健康診断は、
自分の身体を知るチャンス!!
この機会に健康について関心を向けてみよう。

月 日 (曜)	検査項目・担当医	実施学年
4 / 13 (木)	身体測定	全学年
4 / 19 (水)	歯科 (福永先生)	1年、2年3・4組
4 / 20 (木)	眼科 (梶原先生)	全校
4 / 24 (月)	心電図	1年1・2組
4 / 25 (火)	心電図	1年3・4組
4 / 27 (木)	尿検査	全学年
	歯科 (狩野先生)	3年、2年1・2組
5 / 11 (木)	尿再検査	1回目の検査で陽性だった人など
	内科 (澤先生)	3年・2年1・2組
5 / 25 (木)	内科 (篠山先生)	1年、2年3・4組
6 / 6 (火)	耳鼻科 (小林先生)	3年生
6 / 9 (金)		2年生
6 / 12 (月)		1年生

検診前にはみがきしてね



* 保健関係の配付物・回収物 *

自分の健康に関するもの。
提出日を守ろう！

4/10(月)配付 4/13(木)回収	① 健康診断事前調査票	全員
	② 保健管理表	1年生・転入生
	③ スポーツ振興センターの災害共済給付制度への加入について(同意書)	1年生・転入生
	④ 心臓検診調査票	1年生
	⑤ 色覚検査について(色覚検査申込書)	

コロナに負けない! 感染症予防はまだ続きます

5/8から新型コロナウイルスの扱いが変わる予定ですが、それまでの日々の感染対策は大きく変わりません。

○3/13～変更点・・・マスク着用は個人の判断による

○変わらない点・・・3つの密（密閉・密集・密接）を避ける
人と人との距離の確保
手洗いなどの手指衛生
換気

基本的な
感染対策の継続

山口県・下松市の

感染レベル2⇒

同居家族の風邪症状がみられる場合は出席停止です

出席停止となる場合の範囲

⇒別紙 4/10 配布「学校感染症による出席停止の扱いについて」参照

「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル（2023.4.1 Ver.9）」より



登校前、自宅でも健康観察しよう

体温チェック



風邪症状の有無

アレルギーによる咳・鼻水等は入力しない

保護者に「さくら連絡網」へ
入力してもらう

○自分の風邪症状がある場合、家族の風邪症状がみられる場合（現在は感染レベル2なので）は自宅で休んでください。

○事情により遅刻してしまったら、保健室へ寄ってください。

健康チェックします。



登校したら
まず手洗い!

保健室の利用について

- ・授業の業間は、学年部の先生（居ないときは保体委員）に伝えてから来る。
- ・体調不良者は学年職員室か保健室前で熱を測る。（コロナ対策のため）
- ・休んでいる人を思いやり、静かに過ごす。
- ・利用時間は原則1時間まで。（一時的な休養の場です）
- ・けがは当日のみ処置。継続的な手当に必要なものは自分で持ってくる。
- ・相談したいときは、いつでもどうぞ。緊急時でなければ昼休みか放課後にします。＊保健室入り口に養護教諭の居場所を表示しています。
- ・不在の場合は職員室へ。

養護教諭の清水侑子です。食べるのが大好きです。中学生は心も体も不安定な時期なので、一人で抱えず、相談しながら成長して行ってほしいと思っています。たまには私の話も聞いてね。よろしくお願いします。



こんな時は保健室へ

- ＊けがをしたとき
- ＊からだ・心がしんどいとき
- ＊健康について知りたいとき
- ＊相談したいとき