

仙台市立生出中学校
令和5年4月10日
No. 1

2・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。新たに頑張ろうという気持ちではないでしょうか。いろいろなことに挑戦する1年にしてほしいと思います。この時期はわくわくすることも多い一方で、環境変化から体調を崩すこともあります。休養をしっかりとって元気に過ごしましょう。

保健関係提出物について

★配付 4/10(月) 1年生は3/27に配付済み

★1年生はスポーツ振興センター関係のみ 4/11(火)配付

提出物	対象学年	提出期限	注意事項
保健関係調査票	全学年	1 年生… 4 / 1 2 (水) 2 ・ 3 年… 4 / 1 4 (金)	「保健関係書類記入のお願い」を参考に、記入する。
心と体の健康調査票			
健康の記録			
色覚検査申込書	1 年生	4 / 1 2 (水)	1 年生希望者のみの提出。
スポーツ振興センター 同意書・460円	全学年	4 / 1 4 (金)	同意書への押印・封筒への記名を忘れずにする。
野外活動健康調査票	2 年生	4 / 1 4 (金)	
修学旅行健康調査票	3 年生		

✿保健室のルール✿

- ❖先生にお話ししてから保健室を利用しましょう
- ❖保健室でお休みできるのは、1日1時間までです
(先生が許可を出したときはお休みできることもあります)
- ❖保健室でお休みした日は、体育の授業や部活動はお休みし、
おうちで体をゆっくりと休ませましょう。
- ❖保健室では静かに過ごしましょう
- ❖保健室から借りたものはきちんと返しましょう
- ❖保健室のものは勝手に触らないようにしましょう



養護教諭の 〇〇 さんです。生出中学校
3年目になります。皆さんが心も体も健
康に学校生活を送れるようサポートして
いきます。今年度もよろしくお願いしま
す。いつでも保健室で待っていますね。

こんなとき

保健室にきてください



ケガをしたとき



具合が悪いとき



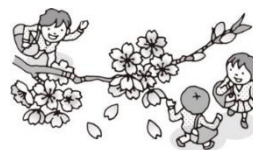
自分のからだについて
知りたいことがあるとき



悩みがあるとき…など

●今月の保健目標●
自分の健康状態を知り健康に努めよう

4月から健康診断がスタートします。自分自身の健康に興味をもちながら、健康診断を受けられると良いですね。



～今年度の健康診断日程～

項目	日付	時間	対象	場所	服装・持ち物・注意事項
身体測定	4/14（金）	2校時目	全校	保健室	体操着
視力検査				教室	眼鏡
聴力検査			1・3年生	保健室	耳掃除をしてくる
尿検査一次	4/19（水）	8：30まで 提出	全校	学級でまとめて 保健室に提出	朝一番の中間尿を採る
尿検査予備	4/20（木）				
耳鼻科検診	4/20（木）	14：00頃	1・3年生	保健室	耳掃除をしてくる
眼科検診	4/26（水）	14：45頃	全校	保健室	
歯科検診	4/27（木）	9：00頃	全校	保健室	歯磨きをしてくる
尿検査二次	5/1（月）	8：30まで 提出	対象者のみ	学級でまとめて 保健室に提出	朝一番の中間尿を採る
尿検査予備	5/2（火）				
尿検査予備	5/15（月）				
心臓病検診	5/22（月）	9：50頃	1年生	検診車	体操着
内科検診	5/31（水）	13：30頃	全校	保健室	体操着 体を清潔にしてくる

～今年度お世話になる校医の先生方を御紹介～

【内科】
【耳鼻科】
【眼科】
【歯科】
【薬剤師】

1年間、皆さんが健康でいられるようにお世話になる学校医の先生方です。健康診断の日には、先生方にきちんと挨拶をしましょう！



保護者の皆様へ

○保健関係書類の提出をお願いいたします

新年度は、保健関係の提出物が多くなります。ほけんだよりをお子様と一緒に御確認頂き、期限までに御提出頂きますようお願いいたします。お手数おかけ致しますが、よろしくお願いします。

○お子様の心と体の健康管理をお願いいたします。

新年度は環境の変化から体調を崩したり、心が不安定になる時期です。お子様をと話をする時間をとって頂き、心と体の健康に努めて頂ければと思います。

○お子様の健康面で配慮が必要な点がございましたら、お知らせください。