

# 4月のほけんだより

フレッシュな空気を運んでくれるニューフェイスを迎えて、新しい学年がスタートしました。これからの1年間、きっといろいろなことがあると思いますが・・・心が疲れた時やつらい時には今の新鮮な気持ちを思いだしてください。きっと元気が出てくると思いますヨ。新しい生活に慣れるには、まず生活のリズムを整えること！ あせらず、自分のペースを見つけていきましょう。みなさんが元気な学校生活を送れるよう、少しでもお手伝いできたらと考えています。1年間よろしくお願ひします。

## 1年間お世話になる先生方です

学校医	小川診療所	小川 勉医師
	深野内科医院	深野美也医師
学校歯科医	佐藤歯科医院	佐藤博志医師
学校薬剤師	おおつく薬局	大継真由美薬剤師

## 保健室面談をはじめます

1年生の皆さんに、保健室でお話を聞かせてもらおうと思っています。保健調査票を参考に、声をかけますので、気軽に保健室まで来てください。昼休みや放課後を利用して実施する予定です。声がかからなくても・・・話がしたいという人は、ぜひ、保健室まで。

\*\*\*\*\*

## 保護者の皆様・・・登校前の健康観察を必ずお願いします!!

○お子様が登校する前に、ご家庭での健康観察を必ずお願いいたします。また、以下の場合は登校を控え、ご家庭で様子を見ていただきますようお願いいたします。（学校まで欠席連絡もお願いいたします。）

### ・平熱よりも体温が高い場合

→発熱している場合は、必ずご受診くださいますようお願いいたします。

### ・発熱はしていないが、かぜ症状がある場合

### ・その他体調が優れない場合

※発熱やかぜ症状がある場合で保護者様からの連絡があった場合には、欠席ではなく、「出席停止」扱いとなります。少しでも体調に不安がある場合には、ご家庭で様子を見ていただきますようお願いいたします。

\*\*\*\*\*



## カウンセリング受けませんか？

私たちの体の健康を支えるために、「視覚、聴覚、味覚、触覚、嗅覚」の5つの感覚が相互に働いています。もし、どれかの感覚に不具合が起ると、体全体に連動して調子が悪くなったり、元気がなくなったりしてしまいます。

それと同じように、心の健康を支えるためにも、5つの感情があります。うれしい・楽しい・悲しい・さみしい・怒りの5感情です。これらは日々の生活の中で、相互に表現し合いながら心のバランスと成長を促進してくれる、大切な基本感情で、どの感情も大切な存在です。

カウンセリングの場で、素直な感情を表現してくれたらOK！話をしてみようかな？と思う人は、担任の先生や保健室に、声をかけてくださいね。



学校でケガをしたときは

## 災害共済給付制度

を利用できます



総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払いが1,500円）以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。

こんなとき

## 保健室にきてください



保健室では

## マナーを守りましょう

