

# 保健だより

南中学校  
保健室  
NO.1  
R8.4.9 発行



## 進級・入学おめでとう



1年生のみなさん入学おめでとうございます。2・3年生のみなさん進級おめでとうございます。

新しい環境となり、期待がふくらむ一方で、やっぱり不安な気持ちもあるかもしれません。不安だな、と思うことにも、思い切って飛び込んでみてください。これから出会うたくさんの人や出来事は、みなさんを大きく成長させてくれることでしょう。

この時期は大人でも疲れます。新入生や在校生はヘトヘトだと思います。休めるときはしっかりと休養をとり、体調を崩すことのないようにしてほしいと思います。

養護教諭の〇〇〇〇です☆

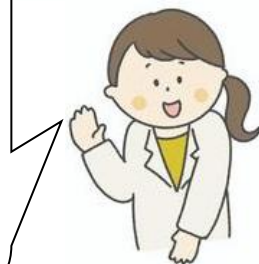
好きなもの：きりん、ハローキティ、アニメ

好きなこと：旅行、編み物、子ども達(1・3歳)と遊ぶ

南中のみなさんが、心も体も健康で毎日笑顔で過ごせるように、保健室からサポートしていきたいです。みなさんのことを早く知りたいので、いろいろなお話を聞かせてくれると嬉しいです！



よろしく  
お願いします！



## 学校医の先生方

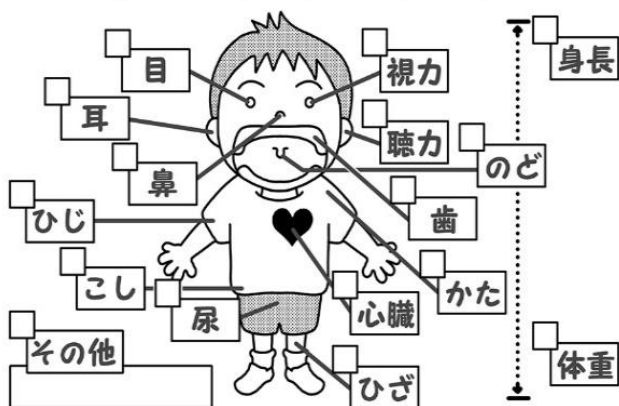
内科医 〇〇〇〇 様  
歯科医 〇〇〇〇 様  
耳鼻科医 〇〇〇〇 様  
眼科医 〇〇〇〇 様

学校医の先生方は、健康診断だけでなく、学校や保護者のみなさん、地域のみなさんと協力し、子どもたちの健康を支えています。お会いしたときは、感謝の気持ちを込めて挨拶しましょう。



## 健康診断が始まります

気になるところを☑してみよう



# 令和8年度 定期健康診断予定

月	日	曜	検診・検査	時間	対象者
4	10	金	身体測定	4限	全校
4	16	木	耳鼻科検診	9:00~(南小→南中)	全校
4	21	火	尿検査	朝提出(各教室)	全校
5	8	金	心臓検診	9:30~(9:00~南小)	1年生
5	12	火	尿検査2次	朝提出(保健室)	対象者
5	12	火	眼科検診	13:30~(南小→南中)	全校
5	22	金	内科検査	13:30~	全校
5	27	水	歯科検診	9:00~	全校
後日決定			色覚検査	朝・昼休み・放課後等	1年生希望者



## 保健連絡封筒

### ★保護者の皆様へ★

1年生は入学式、2・3年生は始業式に、年度初めに必要な書類を保健連絡封筒に入れてお渡ししました。**4月13日(月)**までに、担任へ提出していただきたいと思います。大変お忙しい中とは思いますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



挨拶は一言で、気持ちが和らぎ元気が出る魔法の言葉です。はじめは少し恥ずかしいし緊張するかもしれませんが、誰にでも、気持ちよく挨拶ができる(挨拶を返せる)ようになると、居心地の良いクラス・学校になると思います。家庭でも「おはよう」「いってきます」「ただいま」「いただきます」「ごちそうさま」「おやすみなさい」できる挨拶はたくさんありますね。元気でさわやかな挨拶を心掛けて、明るい雰囲気を作っていきましょう☆