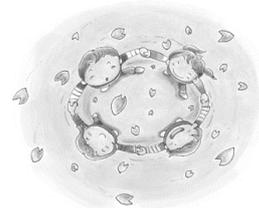


ほっこり



令和7年4月9日
保健だより 第1号
西中保健室 岩見

あいわここから 相私心体



相手、私の心と体を大切に

あいわここから

相私心体 ～相手、私の心と体を大切に～

新しい1年がスタートしました。1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。新しい学校生活に、期待とともに不安な気持ちもあることでしょう。2・3年生のみなさんも、新しいクラスに慣れるまで、気を張ってしんどいこともあるでしょうね。こういう時こそ、毎日の生活習慣、食事や睡眠を大切に、ほっと一息つく時間をもって、日々過ごしていきましょうね。

保健室では体がしんどい時やけがをした時、何か不安なことや悩みがあるときに、誰でも来ることができる場所です。ただみんなが気持ちよく過ごせる場所にするために、保健室利用のルールもあります。裏面に保健室からのお願いを載せています。ご協力をお願いします。



さて、西脇中学校の保健室には、体や心を大切にするための合言葉があります。

それは「^{あいわここから}相私心体」です。相手、私（自分）の心や体を大切にすることを西中生であってほしいという願いをこめて、この合言葉を考えました。みなさんは周りの人や自分の体や心を大切にすることができますか？正直私自身、自分の胸に手を当てると、そうできていない時があるなあ…と感じています。私もみなさんと一緒にそんな人になれるように、この合言葉を大切にしたいと思います。

「^{あいわここから}相私心体」を合言葉に、一緒に成長していきましょうね。今年も保健室からみなさんをサポートしていきます。1年間どうぞよろしくをお願いします。

保護者の皆様へ

今年度も引き続き西脇中学校でお世話になります^{いわみ ゆか}岩見祐花と申します。中学生という、体も心も大きく成長するとても大切な時期に、お子様の成長に関わらせていただけること、とてもありがたく感じています。1年間どうぞよろしくをお願いします。何かありましたら、お気軽にお尋ねください。

早速ですが、たくさんの書類を配布させていただいています。お忙しいところ申し訳ありませんが、4/11（金）を締切日としていますので、ご提出をお願いします。

【学校でけがをして医療機関を受診した場合について】

学校管理下でけがをされた場合、日本スポーツ振興センターから災害共済給付金が支給されます。つきましては、学校管理下の負傷等で医療機関を受診される場合は、学校管理下での負傷であることをお申し出いただき、保険証のみを提示の上、医療機関の窓口にて、自己負担金をお支払くださいますよう、お願いいたします。

お支払いいただいた自己負担額は、後日、学校で災害共済給付金の申請手続きを行っていただくことにより、お見舞金と併せて支給されます。

学校管理下でけがをされた場合は、申請手続きに必要な書類をお渡ししますので、学校に医療機関を受診されたことをお伝えください。

1年生のお子様には、「独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度の加入について」という書類をお渡ししています。同意書にご記入の上、ご提出をお願いします。

保健室利用について

～みんなが気持ちよく利用できるようになってほしいこと・守ってほしいこと～

【こんな時は保健室へ】

- ・ケガをしたとき
- ・体の調子が悪いとき
- ・自分の体のことで知りたいことがあるとき
- ・心配なこと、悩んでいることがあるとき

こんな時は保健室へ来てください!



【守ってほしいこと】

- ・基本的に、保健室は休み時間や放課後に利用しましょう。
- ・保健室に来るときは、担任の先生や次の授業の先生に自分で報告しましょう。
- ・保健室での休養の時間は、最大で1時間です。感染防止のため、基本的に風邪症状は早めの自宅での休養をお願いします。保健室は応急処置の場なので、体調が回復しない場合は早退となります。
- ・保健室に飲み薬はありません。自分の体調に応じて、必要な薬は自分で準備しましょう。

一人一人来室する理由は違います。目にみえるしんどさやケガばかりではないかもしれません。利用する人がお互いに思いやりの気持ちを持ち、安心して使用できる場所にしていきましょう。

健康診断は、自分の体について考えるチャンス!!

健康に1年間過ごせるように、4月から6月にかけてさまざまな健康診断を行い、体の様子を調べます。

健康診断の結果、医師の診察を受けた方がよいと言われた場合はお知らせをします。お知らせをもらった人は、ぜひ受診をお願いします。

「治療勧告書」は、病院で診断結果を記入してもらって、学校へ提出してください。

去年は受診勧告をもらった人の受診率が大幅に低下しました。お知らせをもらった人は、病院受診をお願いします!

～健診でお世話になる先生～

内科：林武志先生（はやし内科クリニック）

歯科：蓮池一晃先生（蓮池歯科）

眼科：藤原由延先生（ふじわら眼科）

耳鼻科：小坂田誠先生（小坂田耳鼻科）

薬剤師：來住晃一先生（山陽堂薬局）



4月健康診断日程

4月10日（木）発育測定・視力検査・聴力検査（1年生）

11日（金）発育測定・視力検査（2年生）

発育測定・視力検査・聴力検査（3年生）

18日（金）内科健診（3年生）

※発育測定には、メガネ（使用している人）を持ってきましょう!

※内科健診では

体操服を持ってきましょう!