

保健だより 4月

平成30年
4月10日

港区立赤坂中学校
保健室

新学期が始まりました。4月はスタートの月です。新しい気持ちで何でも取り組んでみましょう。1年生のみなさん。入学おめでとうございます。まだまだわからないことがたくさんあると思いますが、先生や先輩にいろいろ聞いて早く学校に慣れてください。

みんなの保健室 機能と役割を正しく理解して...!!



自分の言葉で伝える



体調がよくなないと気分も落ち込み、話がしづらくなりますね。でも、保健室に来たときは「いつから」「どこが」「どうして」「どんな具合か」を、なるべく自分の言葉で知らせてほしいです。それはルールやマナーというだけでなく、そのときの体調を最もわかっている本人から聞くことで、素早く適切な対応に結び付けるといった意図もあります。

もし「何となく」でも、そのまま「何となく」と教えてくれればよいです。1人1人のニーズに応えられる保健室にしたいと思います。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

身体測定 があります

体育着・メガネを忘れないでください!!

1、日時

平成30年4月11日(水) 2年生 2時間目 9:40~10:30
3年生 3時間目 10:40~11:30
1年生 4時間目 11:40~12:30

2、場所

図書室	視力、個人写真
保健室	身長、体重、聴力

3、実施方法

- 実施前の休み時間に体育着に着替える。(授業開始までに着替えて着席する)
- クラスで測定の留意点の説明を受ける。
- 説明後男女別に各会場に移動し、決められた手順に従って測定を受ける。検査場所では出席番号順に並ぶ。
- 測定の際には自分の名前を名乗る。
- 測定時は担当の先生に従って正確に行う。
- すべて終了したら制服に着替えクラスに戻る。
- 1年の色覚検査は別日に行います。(休み時間等で測定します)

3、測定順序

	図書室(視力、個人写真)	保健室(身長・体重・聴力)
9:40~10:05	2年男子	2年女子
10:05~10:30	2年女子	2年男子
10:40~11:05	3年男子	3年女子
11:05~11:30	3年女子	3年男子
11:40~12:05	1年男子	1年女子
12:05~12:30	1年女子	1年男子