

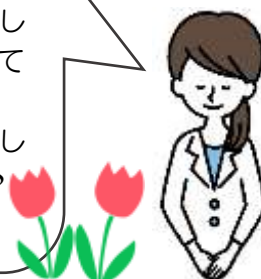
入学・進級おめでとうございます！長かった冬が終わり、暖かい日が多くなってきました。1年生のみなさんは初めての高校生活に、2・3年生は新しい学年に、期待や不安がいっぱいだと思います。悩んでいること、困ったことがあったら、小さなことでも友達や先輩、先生方に相談してみてください。1年間、みなさんが元気な笑顔で過ごせる学校にしていきたいと思います！



つばさおりの
養護教諭の 坪 沙央理 です。

名久井農業のみなさんが、毎日元気に生活できるように身体と心の健康を、しっかりサポートしていきたいと思っています。みなさんが毎日を笑顔で、そして健康に過ごすことができるよう保健室から応援しています。

救急処置や相談はもちろん、今日の出来事や楽しかったことなども、ぜひ話しに来てください。みなさんの元気な姿を見られることを楽しみにしています♪ よろしく願いいたします！



みんなの保健室 ～マナーやルールを守って利用しよう～

◆ 保健室でできること ◆

- ・けがをした時の救急処置
- ・体調がすぐれないので、少し休みたい
- ・健康や人間関係などの悩みや心配事を聞いてほしい
- ・体や健康について学びたい



◆ 保健室利用のルール ◆

- ・授業中の安易な利用はやめましょう。なるべく休み時間に来てください。
- ・教科や担任の先生に断ってから来てください。（緊急時を除く）
- ・いつ、どこが、どうして、どんな具合なのか、具体的に話してください。
- ・保健室の休養は、原則 1 時間！
- ・飲み薬（頭痛薬や生理痛薬など）は渡しません。
※よく頭痛が起こる人や生理痛が重い人などは、常備薬として持参しましょう。
- ・その日の応急処置が基本です。継続的な手当てはできません。



一人ひとりがマナーやルールを守り、名農生みんなが気持ちよく利用できる保健室であるよう、みなさんの協力をよろしくお願いします！！

健康診断が始まります！

健康診断には、「健康面の問題のスクリーニング」「自分の成長・健康状態について知る」「自分のからだに関心をもつ」という3つの目的があります。自分自身の身体の状態を正しく知り、その結果を今後の生活に生かしていくことは、生涯にわたって健康に生活していく上での基本です。

自分のからだのことを意識して受けてみましょう！また、からだについて気になることや心配なことがある人はこの機会にぜひ相談してください。

●全員 ▲対象者

月	日	曜	開始時刻	検診項目	場 所	1 年	2 年	3 年	備 考
4	10	月	11:20	身体測定	体育館	●	●	●	男子:1体、女子:2体
				視力検査	各 HR				メガネを忘れずに
				聴力検査	土肥室、会議室	●		●	
	12	水	9:00	心電図	保健室	●			*指定ジャージ
	18	火	登校後すぐ	尿検査①	保健室	●	●	●	
	21	金	9:00	結核検診	生徒玄関裏	●			検査時の服装に注意
			13:30	歯科検診①	保健室	●	●		2A→2E→1E
	27	木	13:30	内科検診	保健室	●	●	●	
5	28	金	13:30	歯科検診②	保健室	●		●	3A→3E→1E
	2	火	登校後すぐ	尿検査②	保健室	▲	▲	▲	
6	10	水	登校後すぐ	尿検査③	保健室	▲	▲	▲	
	15	木	10:30	耳鼻科検診	保健室	●	▲	▲	
7	6	木	9:00	眼科検診	保健室	●	▲	●	

学校医の先生を紹介します！

- 内 科 ・ ・ ・ ・ ・ 石田 哲平 先生 (南部町医療センター：南部町)
- 歯 科 ・ ・ ・ ・ ・ 稲村 祐之 先生 (イナムラ歯科医院：南部町)
- 眼 科 ・ ・ ・ ・ ・ 陰山 俊之 先生 (ナンブクリニック：南部町)
- 耳鼻科 ・ ・ ・ ・ ・ 金田 裕治 先生 (かねた耳鼻科医院：八戸市)
- 薬剤師 ・ ・ ・ ・ ・ 村田 頼信 先生 (サクラ薬局：八戸市)

