

ほけんだより 4月

入学・進級、おめでとうございます！

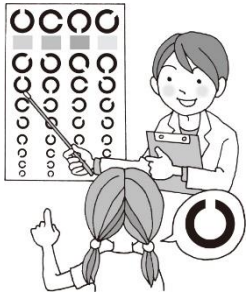
新しい学校、新しいクラスで慣れないことも多いかと思えます。規則正しい生活を心がけ、体調管理をしっかりしていきましょう！

◎自分の健康状態を知ろう！

4月から6月にかけて、健康診断が行われます。検診前には、検診だよりを配布します。なぜこの検診を受けるのか、検診を受ける上でどんな準備が必要なのか、知ってから受けましょう！また、検診後には自分の結果を把握しましょう。自分の身体の状態を把握することは、健康管理をする上でとても大切です。

●4月の検診スケジュール●

項目	月日・対象
身体計測・視力	4/7(金) 全学年
聴力	4/7(金) 1・3年生
尿検査	4/19(水) 全学年
内科検診	4/25(火) 1年生
	5/1(月) 2年生
	5/2(火) 3年生



けんこうしんだん 4つのステップ

まいとし 毎年4月に必ずある「健康診断」。

こんな4つのステップを意識して受けてみてくださいね。

かんがえる 保健調査票を記入して、ふだんの健康の様子をふり返りましょう。

しる いろいろな検査や検診で、自分の成長や健康の様子を知りましょう。

まも守る 詳しい診察や検査が必要なときはきちんと受けて、自分の健康を守りましょう。

まな学 より健康に過ごすために必要なことを学んでいきましょう。

みなさんの健康への興味がアップすればうれしいです。

令和5年4月5日 愛川町立愛川中学校 保健室

あいさつ プレゼント

「あいさつは大切」とよくいわれます。それはあいさつがあなたにたくさんのプレゼントをくれるから。例えば…

気持ちが前向きになる
嫌なことがあったときも、あいさつをするとさわやかな気分になれます。自然と笑顔になっているかも！

友だちとなかよくなるきっかけに
あいさつは会話のきっかけにもなります。たくさん友だちができるかも！

あいさつのコツは「自分から」すること。あいさつをされて気分が悪くなる人はいません。「いい天気だね」など、一言プラスできるとさらにいいですね。

◎保健室より◎

春休み中（3月27日）に送られた「令和5年4月1日以降の町立小中学校の教育活動等についてのお知らせ」という学校メールを読みましたか？

特に知っておいてもらいたいことについて、抜粋しました。

○学習活動について

- 引き続き効果的な換気の徹底等の基本的な感染防止対策を講じながら、**通常の教育活動を実施**します。
- 児童・生徒等、教職員のいずれにも、**教育活動の実施に当たり、マスクの着用を求めないことを基本**とします。

○昼食時の食事場面について

- 飛沫を飛ばさないよう、**大声での会話は控える、机を向かい合わせにしない、向かい合わせにする場合には、対面の児童・生徒等の間に一定の距離（1m程度）を確保する等の措置を講じる**ことにより、「**黙食**」の必要はありません。

○日々の健康観察

- 登校前の**検温および健康観察は継続**します。
- 本人に**発熱等の症状がある場合、同居の家族が陽性の場合**は、登校を控えてください。「**出席停止**」扱いとなります。

最初は、マスクをする生徒・先生、しない生徒・先生など、様々な人がいるでしょう。そこには、様々な考え・思いがあると思います。お互いの考え・思いを大切に、生活をしていきましょう。