

ほけんだより⁴ がつ

2019年4月 大阪市立今津中学校 保健室



はじめまして4月から今津中学校にきた
中村 陽子です。
今津中のみなさんが、健康で元気な学校生活が送れるよう
に保健室からサポートしたいと思っています。
よろしくお願いします。

みんなのほけんし だから… なるべく こんなふうにご利用してね!

けがの応急手当や
具合が悪いときの一時休養に



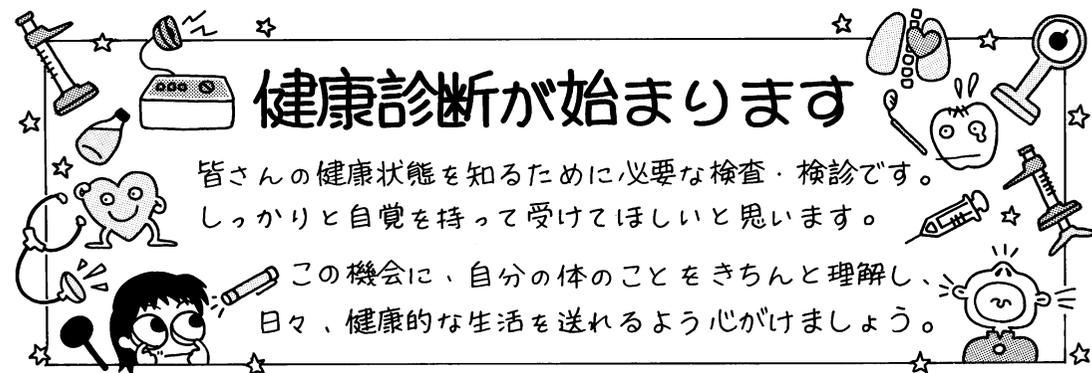
休み時間

- ① クラスの保健委員または、友だちに保健室に行くことを伝えます。
※聞いた人は、次の時間の先生に伝えてくださいね。
- ② 職員室の先生に保健室にいきたいことを伝えてカードを書いてもらい、保健室に行きます。

授業中

- ① 授業中、急に体調が悪くなったときは、教科担任の先生に伝えます
- ② 必ず保健委員と一緒に職員室に行き、カードを書いてもらい、保健室に行きます。

保健室が閉まっている
こともあるので、みなさん
の安全を守るために
決められたルールです。



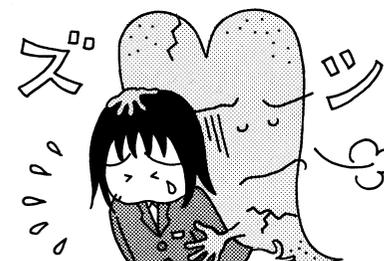
健康診断が始まります

皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。
しっかりと自覚を持って受けてほしいと思います。

この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、
日々、健康的な生活を送れるよう心がけましょう。

1年に1回しか受けられない検診です。できるだけ欠席しないように
してください。日程は、行事予定表で確認してください。

悩みをかかえている時に



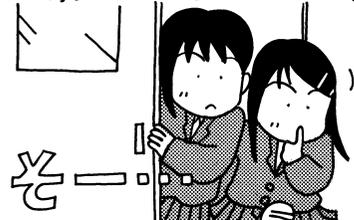
放課後ならゆっくりお話を聞けると
思います。一人で悩まず、一緒に
考えましょう。

中学生の時期は、体も心も成長する時期
です。成長する自分のことを理解してお
くことは大切です。放課後にどうぞ

自分の体や健康について
知りたい時・調べたい時



ベッドで休んでいる人もいます
静かに利用しましょう



保健室に入るときはノックしてくだ
いね。
そして、一番大切なこと
大きなケガや病気の人が最優先です。