

保健だより 4月



何北中保健室
令和7年4月10日

入学おめでとうございます！

春休みが終わり、いよいよ中学校生活がスタートしました。

4月は、汗ばむような暖かい日もあれば、急に肌寒い日もあります。環境が変わり、疲れも出やすくなる時期なので、体調管理には十分気を付けてください。

新年度を元気に過ごすために、まずは「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、1年間充実した学校生活が送れるようにしましょう。

4月の予定

○ 身体測定・視力検査

11日(金) 2校時 2年生 3校時 3年生 4校時 1年生

- * 場所 身長・・・保健室 体重・・・ひだまり (男子から開始)
視力検査・・・礼法室 (女子から開始)
聴力検査・・・保健室 (身長・体重測定、視力検査が終了した生徒から)

* 身体測定は、**体操服(ハーフパンツ・Tシャツ)**で測定します。

* 眼鏡をかけている人は、眼鏡を忘れないようにしましょう。

* その他

測定・検査する部屋には、3～4人ずつ入り静かに並ぶ。(視力検査の部屋には5～6人ずつ入り静かに待つ。)



保護者の方へ

年度始めのお忙しい中、保健関係の書類作成をお世話になりありがとうございます。

緊急連絡カードの裏面にありました保険証の記入は、今年度よりなくなりました。ご了承ください。



養護教諭の寺本です。
保健行事や健康に関する様々な情報をお届けします。
どうぞよろしくお願いたします。