



4月号

2023.4.19 No1

下松工業高等学校 定時制 保健室

～こころとからだの主人公になろう～

笑顔が人と人の絆をつくる

入学・進級おめでとうございます！

いよいよ2023年度がスタートし、1週間が経ちました。
この一年みなさんが毎日元気に登校できることを願っています。
まず自分の生活のリズムをつくることを心がけて、自分の身体と
しっかり向き合いながら生活しましょう。



4月の目標

健康診断を主体的に受け、身体の状態を把握しよう

～定期健康診断が始まりました～

健康診断の目的は…？



- その1 ① 自分の成長や健康状態を知る
- その2 ② 病気の疑いがないかを調べる
- その3 ③ 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう！



発育・健康状態を知る。

早期発見・早期治療で体を守る。

自分の健康を守り育てる。

※ 学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生を紹介します。

日 時	検診項目	対象者
4月13日(木) 18:00～	眼科検診	全学年
4月18日(火) 18:20～	耳鼻科検診	全学年
4月19日(水) 17:30～	心電図 胸部X線検査	1年生のみ
4月20日(木) 18:20～	内科検診	全学年
4月25日(火) 18:20～	歯科検診	全学年
4月26日(水) 18:30～ 回収	尿検査	全学年

内科医 松野 尚弘先生
(松野整形外科)

眼科医 梶原 淳先生
(梶原眼科)

耳鼻科医 小林 究先生
(小林耳鼻咽喉科)

歯科医 福永 学先生
(福永歯科クリニック)

薬剤師 伊藤由紀子先生
(いとう薬局)

健康診断を正しく受けるために

- ◎ 検診の事前アンケートに正確に答える。
- ◎ 事前準備をして受診する。

☆ 保健室の利用について ☆

緊急時以外は、来室前に教科担任またはHR担任に伝えてから来室してください。
上靴を保健室の前で脱いで保健室に入ります。

入るときは、「失礼します」「〇年の〇〇〇です」と名前を言って入りましょう。

また、毎週金曜日は養護教諭が不在です。けがや体調不良の場合には、職員室の先生に連絡してください。

定時制養護教諭として2年目の高松 京子です。2年目となりみなさんのこともちょっぴりわかってきた気がします。

今年度も、みなさんが元気に楽しく学校生活を送れるよう少しでもお役に立てたらと思っています。どうぞよろしくお願いします。

この通信「笑顔」は、保健室からのおたよりです。

笑いには自律神経のうちの副交感神経が優位に働き、病気に対する免疫力の機能を活性化する効果があります。

笑顔が健康になる出発点で、みなさんの周りに笑い・笑顔がありますようにという願いを込め「笑顔」にしています。

この「笑顔」をみなさんに読んでもらい、関心をもってもらえる健康に関する情報や学校生活のことや日ごろ感じたことなどを発信していきたいと思います。

そこで今年度から月ごとにみなさんの誕生日などもお知らせしようと思います。

ハッピーバースデー

4月生まれの人 村本 望 君 鎌倉 瑠辰 君

4月生まれの人は、向上心や好奇心が非常に強く、物事に挑戦する機会が多い積極的な性格の人が多くいわれています。