

保健だより

令和6年4月9日
中野区立明和中学校
No.1 保健室



新年度がスタートしました。新しいクラス、新しい先生、新しい友だち…これからの学校生活への期待や不安、新しいことに挑戦してみたい、気持ちを新たに頑張ろうなど、それぞれの思いをもって新年度を迎えたことと思います。一人ひとりの夢の実現に向かって充実した学校生活が送れるように、健康面でのサポートをしていきたいです。どうぞ、よろしくお願いします。 養護教諭 三神 紀子

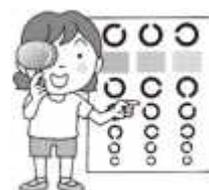
保健関係の書類について

新年度にあたり、保健に関わる書類の記入・提出をお願いしています。内容をご確認の上、期限までに提出用封筒に入れて提出してください。提出の際は、記入もれのないようご確認よろしくお願いします。

1年生	2年生 3年生
① 保健調査票 ② 結核健診問診票 ③ 運動器検診保健調査票 ④ 心臓健診調査票	① 保健調査票…変更箇所の訂正と裏面にある「4. 現在の健康状態」の該当学年の欄を記入 ② 結核健診問診票…質問1～6の各質問の該当する欄に○を記入 ③ 運動器検診保健調査票…太枠内のみ記入
入学式に提出	提出期限 4月15日(月)

4月 健康診断のお知らせ

- 4月12日(金) 1～4校時 身体計測(身長・体重・視力) 全学年
- 4月22日(月) 13:30～ 内科検診 1年生
- 4月23日(火) 13:30～ 内科検診 2年生 I組
- 4月25日(木) 9:30～ 眼科検診 全学年



内科	山田 千津子 先生	山田クリニック
眼科	生天目 理恵 先生	なまため眼科
耳鼻科	奥平 唯雄 先生	奥平耳鼻咽喉科
歯科	浅香 充 先生 土生 健史 先生	浅香歯科医院 江古田歯科クリニック

新しい環境では、緊張が続いたり、頑張ろうと全力を出し続けていると、気持ちもからだも疲れてダウンしてしまいます。規則正しい生活を心がけ、いつもよりも早めに就寝するなどからだを休めるようにしましょう。

