



平成30年5月1日
 新座市立第二中学校長 伊藤 進
 養護教諭 原田 晴美 船岡 佳弥

新年度が始まっておよそ1か月。新しい環境や周りとの関係にも徐々に慣れてきたところではないでしょうか。しかしその一方、当初の緊張がゆるんだことなどから、心身の疲れが出やすく、例年保健室への来室者もだんだん増えていきます。今月は1年生の校外学習や3年生の修学旅行など大きな行事も控えています。連休なども活用して、リフレッシュしてほしいと思います。5月は気候も爽やかで、快適な季節です。時間を有効活用して、しっかり切り替えてきたいですね！

5月の保健目標 病気の予防と治療をしよう よい姿勢を心がけよう



健康診断後、お知らせを受け取ったら
 必ず受診しましょう



健康診断の結果をお渡ししています！

4月から健康診断が始まっています。健康診断は自分の体を知る良い機会です。治療の必要がある人や病気の疑いがある人には「治療のお知らせ」を渡しています。もらった人は保護者と確認し、早めに受診して、検査や治療を受けるようにしましょう。受診の際には、学校からのお知らせを持って受診しましょう。また、受診の結果を学校までお知らせください。



★★発育測定結果★★

※数値は第二中の平均値を表しています。全国平均は平成29年度のものです。

	身長(cm) (全国平均)	体重(kg) (全国平均)
1年生男子	153.1 (152.5)	43.7 (43.8)
女子	152.2 (151.5)	43.7 (43.2)
2年生男子	160.5 (159.7)	48.3 (48.6)
女子	155.9 (154.9)	47.6 (46.7)
3年生男子	165.7 (165.3)	54.8 (53.5)
女子	157.1 (156.7)	50.2 (49.6)

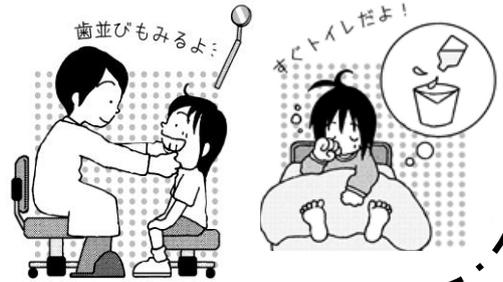


引き続き実施中!

今月の健康診断

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 8日(火) 全学年 尿検査 | 22日(火) 対象者 尿検査(2次) |
| 9日(水) 全学年 尿検査予備日 | 欠席者 心臓検診予備日 |
| 10日(木) 1年生 内科・結核・四肢検診 | 23日(水) 対象者 尿検査(2次) |
| 17日(木) 2年生 内科・結核・四肢検診 | 29日(火) 2年生 脊柱側わん検診 |
| 1年生 心臓検診 | 31日(木) 全学年 歯科健診 |

☆色覚の検査を希望した1年生は、8日~11日の間で検査を行います。平成29年度より、新座市では小学4年生と中学1年生を対象に希望調査を行い、実施しています。なお、該当学年以外でも希望があれば、随時行いますので、御連絡ください。



★3年生は5月14日から楽しみにしている修学旅行ですね。修学旅行を元気に楽しく過ごせるよう、健康面でも事前の準備が大切です。生活リズムを整えて、当日を迎えるようにしましょう。

健康で元気にすごそう

宿泊行事

宿泊行事までに体調を整えておこう



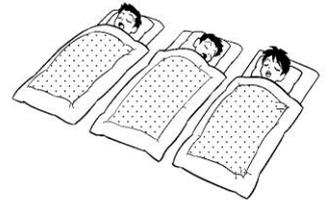
はきなれた「くつ」で参加しよう



はしゃいだり、ふざけたりしないようにしましょう(事故につながることもある)



消灯時刻がすぎたら早く寝て、次の日にそなえよう



いつも飲んでいる薬がある人は必ず持参しよう



乗り物酔いをしやすい人は薬を持参したり、座席などに気をくばろう



食事はゆっくりとよくかんで食べよう



具合が悪くなったらすぐに先生へ連絡しよう



★スポーツ振興センターと子ども医療費支給制度について★

授業・部活・校外学習などの学校生活中の怪我に対して医療費が給付されます。学校でのけがで受診された場合は、担任・顧問にお知らせください。子ども医療費支給制度等は使用しないでください。スポーツ振興センターについて、ご不明な点は養護教諭までお問い合わせください。詳しくは、本日お配りした別紙「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について」をご覧ください。

