



令和 5 年 4 月 11 日
鶴ヶ島市立南中学校
保健室

ご入学・進級おめでとうございます。これからの中学校生活に対して期待や不安があると思いますが、心身の面でサポートしてきたいと思いますのでよろしくお願いします。ほけんだよりでは、保健に関する行事や情報をお伝えしていきます。

今月の保健目標

健康診断をうけよう
きれいな学校にしよう

健康診断が始まります

日 程	項 目	対 象	備 考
4 月 14 日 (金) 1 時間目～	発育測定 視力・聴力検査	全学年	半袖・ハーフパンツで測定。 眼鏡を使用している人は忘れずに持ってくる。
4 月 17 日 (月) 13:40～	内科検診 結核検診	全学年男子	保健調査票・結核検診用問診票の記入と提出を忘れずに。 心臓の音を聴くので、待っている人は静かに待つ。
5 月 2 日 (火) 13:40～		全学年女子	
4 月 19 日 (水) 9:00～	耳鼻科検診	全学年	髪の毛が耳にかからないように、ピンやゴムでしっかりとめておく。
4 月 20 日 (木)～ 4 月 21 日 (金) 1 時間目開始までに	尿検査(一次)	全学年	前日に容器を配付。 朝、各クラスで集める。 予備日は 5 月 2 日 (火)
5 月 8 日 (月) 13:30～	心電図検査	1 学年	検査前は安静にする。 当日欠席した人は、5 月 26 日 (金) に受診する。

学校医の先生方

学校医	田中 政彦先生(関越病院)
眼科校医	高野 秀美先生(いずみ眼科)
歯科校医	大久保 友啓先生(あおい歯科医院)
耳鼻科校医	畑 仁美先生(よしなみ耳鼻科クリニック)
学校薬剤師	横井 真恵美先生

養護教諭

安藤 琴音



今年度からお世話になります。出身は埼玉県上尾市です。今年の 3 月まで岩手県にいました。一度、大学生時代に南中に来たことがあり、今回、生徒の皆さんに会えることを楽しみに来ました。これからよろしくお願いします♪

忙しい中でも 自分のペースで

1 年生は新生活に期待やワクワク感で満たされている一方、初めてのこと・覚えることが多く慌ただしい日々。なるべく早めに、いまの環境に合った生活リズムを確立してください。2・3 年生は学年が上がり、やはり新たな気持ちで張り切っていることでしょう。無理なく、気負わずに過ごしてほしいと思います。新しい環境は思った以上に心身の疲れを呼び込みます。よく食べて、よく寝て…自分のペースを見失わないでください。

