

# すこやか

2018.4.10  
山添中学校  
ほけんしつ  
NO.1



## 入学 進級 おめでとう

新しい学年が始まりました。1年生のみなさんは、なにもかもが新しく、ワクワクとドキドキで過ごす日々になると思います。あせらず、ゆっくり、少しずつ中学校生活に慣れていってください。2、3年生のみなさんは、勉強、部活動、委員会など、学校生活の様々な場面で、山添中学校を引っ張っていく立場になります。よりよい学級、学校づくりをしていきましょう。

新しい環境は自分が思っているよりも疲れるものです。「疲れたかな？」と思ったらしっかり睡眠をとって、体を休ませてください。一年間、みんながすこやかに過ごせますように！

### 健康診断のお知らせ

- 4月11日(水)・・・身体測定  
視力検査(3年)
- 4月12日(木)・・・身体測定  
視力検査(1・2年)
- 4月19日(木)・・・尿検査(第一次)
- 4月23日(月)・・・聴力検査(1年) 放課後
- 4月25日(水)・・・聴力検査(2年) 放課後  
心電図(1年) 午前
- 4月26日(木)・・・聴力検査(3年) 放課後  
尿検査(第二次)
- 4月27日(金)・・・眼科検診 午後
- 5月11日(金)・・・歯科検診 午前
- 5月24日(木)・・・耳鼻科検診 午前
- 5月31日(木)・・・内科検診 午後

### お世話になる 学校医の先生です

- \* 内科  
八十島先生
- \* 耳鼻咽喉科  
張田先生
- \* 眼科  
平井先生
- \* 歯科  
藤井先生
- \* 薬剤師  
吉谷先生



## 保護者の方へ

記入をお願いします



- ★保健調査票【全学年】・・・1年生 4/13 までに提出  
2、3年生 4/11 までに提出
- ★日本スポーツ振興センター同意書【1年生】・・・4/13 までに提出
- ★色覚検査申込書【2年生】・・・4/11 までに提出

※保健調査票は、子どもの健康状態を把握するための大切な資料です。該当学年の欄に記入・捺印をお願いします。また、勤務先や連絡先、保険証番号などに変更があれば訂正してください。  
※全て保健連絡用封筒に入れて提出してください。

## 日本スポーツ振興センターの加入について

学校管理下(通常経路での登下校を含む)で発生したけがや病気について、医療費・障害見舞金が支給される制度です。全医療費が5000円(健康保険適用で3割負担の場合1500円)以上支払われた時、支給対象となります。掛金は、一人945円ですが、約半分を村が負担してくれますので、個人負担は、460円です。学校単位の全員加入になりますので、ご了承ください。460円は、口座引落の各学年の教材費から徴収させていただきます。

1年生は、「独立行政法人日本スポーツ振興センターへの加入について」の用紙の同意書を4月13日(金)までに提出してください。

## 健康診断の前日

「明日は健康診断だけど、今更何もできることはないし…」  
そうですね。あなたの体には、普段の食事や生活習慣がそのまま反映されます。健康は毎日の積み重ねです。  
ただ、直前でもできることはあります。「視力検査」の前日は早めに寝て目を休めたり、「歯科健診」の前には念入りに歯をみがいて歯垢をとったり、「耳鼻科検診」の前には耳垢をとっておいたり。  
これらの準備で、現在の健康状態をきちんとみてもらいましょう。そして、これからのために、日ごろから規則正しい生活を意識しましょう。

